SCVOLA SALERNITANA DEL MODO DI CONSERVARSI in ſanità.

Nuouamente traportata di latino in volgare Toſcano

Con licentia de' SS. Superiori.

In PERVGIA.
Apreſſo Pietroiacomo Petrucci.
M. D. LXXXVII.

AL MOLTO ILLVSTRE SIG. IL SIG. ANTONIO SALVIATI.

Patron mio osseruandissimo.

Avendo il P. F. Serafino Razzi mio zio materno, à richiesta d'alcuni amici suoi, più tempo fà, resa vulgare la Scvola Salernitana, *operetta che tratta del reggimento della sanità corporale, & essendosi questo presente anno mandata in istam*

pa, nella Città di Perugia, doue egli hora si troua Reggente dello Studio, del suo conuento, s'è contentato insieme coll' amico suo che l'hà fatta stampare, che da me ella sia indirizzata à V. S. molto Illustre, e da lui cotanto amata, & osseruata, aspettando di comparirle egli stesso (quando che sia) dauanti con alcuna altra fatica, se non più degna, almeno tutta sua, e non in parte, come la presente. Onde io ben volentieri hò accettata l'offerta fattami, e ringrazio N. S. che mi si sia porta così bella occasione di mostrare à V. S. dopo più anni che mi trattẽgo nella sua honoratissima casa in questa Città di Pisa, questo picciol

se

segno della mia osseruanza, e sincera, e fedele seruitù verso di lei. Si degnerà adunque V. S. di riceuere questo picciol dono dall'humil seruo suo con il grande, e grato animo che tiene de gl'innumerabili benefici ch'egli, e le cose sue congiuntissime hãno riceuuto, e di cõtinuo riceuono dalla sua liberalissima, e magnificentissima mano. E se la cosa in se apparisse per auuentura tenue, e debole, considerando ch'ella già, latina, fù presentata, e dedicata à vro eccelso Re dell'Inghilterra (in quei tẽpi che detta Isola era Cattolica, e pia) son certo che non la sdegnerà, mà per sua benignità (essendo V. S. tutta cortese, e gentile) l'aggradirà, e fauorirà.

rà.

rà. E con questo, senz'altre cirimonie fare, e senza entrare hora nelle laudi dell'Ill.ma casa Saluiati, e senza dire della congiunzione strettissima ch'ella tiene con la Ser.ma famiglia de Medici, e gran Duchi di Toscana, nostri gloriosiss. Principi, faccio fine, pregandole da N. S. Iddio ogni vero bene, & ogni compita allegrezza. Di Pisa alli xxij. di Luglio. M. D. LXXXVII.

Di V. S. molto Illustre.

Affezionatiss.mo Ser.

Giouanni Paci.

ANTE LANGVOREM ADHIBE MEDICINAM.

Ecclesiastici. xviij.

QVI DELINQVIT IN CONSPECTV EIVS QVI FECIT EVM, INCIDET IN MANVS MEDICI.

Ecclesiastici. xxxviij.

HONORA MEDICVM PROPTER NECESSITATEM. ETENIM ILLVM CREAVIT ALTISSIMVS. A DEO EST ENIM OMNIS MEDELA, ET A REGE ACCIPIET DONATIONEM.

Ecclesiastici xxxviij. capite.

PRE-

Vedi due carte innanzi

SCVOLA SALERNITANA DEL MODO DI CONSERVARSI in sanità.

Al magnanimo Re dell' Inghilterra Scrisse la Scuola tutta di Salerno.

E brami in vita conseruarti, e sano,
Togli le cure graui, el'ira altera:
Bei parcamente il vino: e cena poco:
Sta dopo il cibo in piedi: Il sonno fuggi
Meridiano: Non tenere l'orina
Oltre al douere: e guardati non premere
Con violenzia il ventre, nè sforzarlo.
Queste cose, se fian da te osseruate,
Longo tempo per certo viuerai.
SE Medici non hai, queste tre cose
In vece lor ti siano. Mente allegra:

Riposo: e moderata, e pia dieta.

iij SORGENDO la mattina con l'Aurora,
Le mani in gelid'acqua, e gl'occhi lava.
Passeggia vn poco, e i membri tutti stendi:
Pettina il capo: i denti monda, e netta.
Confortano le cose hora qui dette
Il ceruello, e del corpo gl'altri membri.

iiij STVFATO, tienti caldo, e dopo il cibo
Alquanto statti, ò ver lento camina.
E se sei freddo, à poco à poco il gielo
Sgombra, schifando ogni passaggio subito.

v FONTE, specchio, verdura, à gl'occhi sono
Sollevamento, e però la matina
I monti sguarda, le campagne, e i colli:
E da sera le lucide fontane.

vi SIA breue, anzi nissuno il sonno, il giorno
Peroche febri, pigrizia, e catarro
Con duol di testa, ben spesso cagiona.
Dalle ventosità, nel ventre chiuse,
Dolor colicici vengono, e vertigini,
Con spasmo, e Idropisia, come si proua.

vij IL cenar molto, allo stomaco reca
La notte pena: e però se dormire
Quietamente brami, cena poco.

viij NON mangiar mai, se prima non conosci
Il cibo auanti preso, esser digesto,
Segno di cio ti fia la fame vera,
E la dieta per innanzi fatta,

viiij PERSICHE, mele, pere, latte, cascio,

Carne

Carne salata, di ceruo, di lepre,
Di capra, e bue, son cibi malenconici,
Da non darsi à gl'infermi, e poco à i sani.

x OVA fresche, vin rosso, e brodo grasso
Di pollo, con il fior della farina,
Confortano, e nutriscon la natura.

xi IL pane, il latte, il cascio fresco, e l'voua,
Carne di porco, i testicol del gallo,
I Ceruei, le midolle, e i dolci vini,
Son cibi al gusto assai soaue, e i fichi
Con l'vue fresche ingrassan chi gli mangia.

xij ODOR, sapor, splendor, colore, il vino
Mostrano se sia buono, ò se sia reo.
Gagliardo, bello, odorifero, lieue,
E fresco esser dee il vin prouato, e buono,
I dolci, e bianchi son più nutritiui,
E il vin rosso beuto in quantità
Stitico il ventre fà, e la voce rauca.

xiij SEI medicine contra ogni veleno
Assegnano, che son, l'Aglio, la Noce,
La Ruta, la Triaca, Pere, e Rauano.

xiiij MONDO sia l'aer, luminoso, e lungi
Da ogni infezzion, se vuoi habitarlo.

xv SE il beueraggio della sera nocque,
Tu da mattina ribeui, e sia sano.

xvi IL miglior vino, anco migliori humori
Genera: e il negro rende il corpo pigro.
Chiaro sia il vin, vecchio, sottil, maturo,
Bene anaquato, crisaltante in alto.

Beuasi poi con temperanza, e modo.

xvij CHIARA, ben cotta, di buon grani, e antica

Deue esser la Ceruosa, e dal sapore

D'aceto lungi, e si dee bere con modo.

xviij LA Primauera prendi poco cibo,

La State similmente poco, e spesso,

L'Autunno schiua i pomi quanto puoi,

E la Inuernata mangia à tuo piacere.

xviiij SALVIA con Ruta fanno il ber sicuro

E della Rosa il fiore aggiunto aiuta,

E toglie anco à Cupido i dardi, e l'arco.

xx IL vomito del mar non fia molesto

A chi col vino haurà sua acqua assorta.

xxi SALVIA, Sal, Vino, Pepe, Aglio, Prezzemolo

Fanno vna salsa perfetta, e d'amico,

xxij SE sano esser tu vuoi, fà che le mani

Ben spesso laui, e specialmente dopò

Il cibo, & hauerai il veder più acuto.

xxiij NE caldo, nè muffato esser dee il pane

Mà fermentato, oculato, ben cotto,

Poco salato, e d'ottimo fromento.

La crosta non mangiare ch'è colorosa.

xxiiij E la carne del porco, senza vino

Peggior assai di quella della pecora:

Mà se col vin la mangi, è medicina.

De i porci sol, l'intenstine son buone.

xxv L'vrina vieta il mosto, e scioglie il ventre,

Al fegato è contrario, e alla milza,

E genera pietruzze nelle reni.

IL

volta quattro carte innanzi.

PREFAZIONE DI F. S. R. ORD. PRAED.

Ai benigni Lettori.

Sopra la Scuola Salernitana, da lui fatta volgare.

VE essendo le parti essenziali dell' huomo, cioè l'Anima, e il Corpo: l'vna, e l'altra (come dicono i sacri Theo logi) dobbiamo amare di amore di charità. Peroche amendue possono participare con noi la beatitudine. E quinci è che all'vna, e all'altra dob biamo (potendo) ne proprii loro bisogni souuenire. Souuiensi all'anima, che è la parte più nobile, con le cose diuine, e co'i mezzi spitituali: e

al corpo col procacciargli i bisogni
suoi, e le proprie necessità corporali.
E come l'anima si fà perfetta, quanto
allo Intelletto per mezzo delle scien-
zie specolatiue, e quanto alla volon-
tà per mezzo delle prattiche, e mora
li: così il corpo s'aiuta, e mantiene in
due modi, cioè col cibo, soccorren-
do alle sue necessità naturali: e con
le medicine, preseruandolo dai mali
accidentali. Hauendo io per tan-
to della mediocrità dell' ingegno
mio souuenuto in qualche particella
all'anima, con la composizione d'al-
cune operette spirituali: Ecco che
hora à contemplazione di certi ami-
ci miei, mi prouo, e tento di souue-
nire eziamdio alla salute corporale
del prossimo, col traportare nella lin
gua volgare la bella, e vtile operetta
della

della Scuola Salernitana, trattante del modo del conseruarsi in sanità. Nella quale mia picciola fatica presa in tempo di state, per fuggire il sonno meridiano, tre vtilità particolari s'io non m'inganno, mi pare d'hauere arrecato alla prefata opera. La prima è che doue fino à hora, ella nõ si potea con intelligenza leggere, se non dagli intendenti la lingua latina da qui in poi ella si potrà leggere, e intendere, eziamdio dalle donne, e da tutti coloro che legger sapranno. La seconda è che doue d'vna istessa materia, nella latina si fauella in piu luoghi, in questa nostra sarà ciascuna materia tutta vnita, e raccolta in vn luogo solo. E la terza vtilità siè che noi habbiamo ridotta tutta l'opera per ordine d'alfabeto. On-

de ſarà più ageuole il ritrouare ſubito qual ſi voglia coſa in eſſa trattata. Il che non auueniua, nè auuiene nella latina, eſſendo ſcritta ſenz'ordine, che ci ſi ſcorga, ma più toſto ſecondo che le muſe ſpirauano. Il che ageuolmente ſi può ne verſi latini conoſcere. I quali habbiamo noi trapor tati in verſi volgari, non rimati, mà ſciolti, ſecondo l'ordine che ſtanno nell'idioma latino, aggiungnendoci nondimeno per dar loro qualche diſtinzione, per ciaſcuna regola, i proprii numeri. E per meno errare in queſta mia traduzzione, di ſenſi, e nõ di parole, hò ſempre hauuto innanzi due eſſemplari latini: L'vno ſtampato fino dell'anno 1480. e l'altro più moderno ſtampato l'anno. 1567 Sia benedetto Dio ne doni ſuoi. Amen.

SCVO

Torna due carte indietro

Peroche molle rende il ventre, e lubrico:
E le radici di lei se supposte
Fiano, il medesmo effetto causeranno.
Muoue la Malua ancor dei mestrui il flusso.

LXI DICON mentir la Menta, se fia lenta
A tor del petto, e ventre i bachi, e i vermi.

LXII PERCHE muor l'huomo che nell'horto hà saluia?
Perche non è contra di morte scampo.
Conforta i nerui la Saluia, e il tremore
Delle man toglie, e ancor la febre acuta.
Saluia, Castorio, Lauendula, Primula
Vera, Nasturgio, & Athanasia, sanano
L'empia Paralisia, che scuote i membri
La Saluia in somma, così è nominata
Peroche saluatrice è di natura.

LXIII NOBILE si è la Ruta perche rende
La vista acuta: fa gli huomini casti,
E alle donne augumenta il disio
Di Venere lasciua. Anco lo ingegno
Chiarifica, e le pulci scaccia, e occide.

LXIIII DELLE Cipolle non par che consentano
I medici tra loro. Galeno dice
Che à i colerici elle, non son buone
Ma à i flematici molto son salubri.
Purgano il petto, e causan buon colore
In faccia: e trite fanno i capei nascere.

LXV PICCIOLO grano è la Senapa, e secca,
E calda in quarto grado. Lacrimare
Ella fà, e purga il capo col sternuto

To-

Toglie il veleno, e col fumo anco i vermi.

LXVI TRE notabili effetti hà la Viola,
Seda l'ebrietà, e lo duol di testa
Cura, & è medicina al mal caduco.

LXVII L'Ortica fa dormire, e toglie il vomito,
Seda la tosse antica, e à i dolor colici
E medicina: Il freddo dal polmone
Sgombra, e dal ventre ogni tumore e infiato
E alle sciatiche gioua, e alle podagre.

LXVIII L'Isopo purga il petto dalla flemma
Congiunto al mele purga anco il polmone,
E soaue color dona alla faccia.

LXIX TRITO col mele il Cerifoglio sana
I cancheri: e col vin beuto toglie
I dolori del ventre: ferma il vomito,
E lo flusso del ventre, virtù hauendo
Di scaldare, e seccare non mediocre.

LXX LA Campana dett'Enula conforta
I precordij, e col sugo della Ruta
Gioua à gli herniosi, ò vero rotti da basso

LXXI IL Puleggio col vin beuto purga
L'atra colera, e negra: e la podagra
Antica sana: essendo in terzo grado
Calido, e secco, come tutti affermano.

LXXII I cadenti capei tiene il Nasturgio,
Sana il dolor di denti, e via le squamme
Toglie dal corpo, se col mel fia preso

LXXIII A i ciechi figli la Rondine madre
Rende con Celidonia il grato lume.

Del

Lxxiiij DEL Salcio il sugo posto nell'orecchie
Occide i vermi, e la corteccia cotta
Dentro l'aceto toglie, e sana i porri.
Dei pomi il succo, e il fior nuocono al parto.

Lxxv CONFORTA il Croco (dicon) rallegrando
Il fegato, ristorà, e i membri lassi.

Lxxvi RENDE feconde le fanciulle il porro,
Mangiato, e stagna dalle nari il sangue.

Lxxvij IL Pepe negro non è à scioglier pigro,
Purga la flemma, e aiuta digerire
Lo stomaco conforta il bianco, e gioua
Alla tosse, e dolor di petto. Frena
La febre fredda, e placa il suo tremore.

Lxxviij SVBBITO dopo il cibo ire à dormire,
O troppo caminare, e ber souerchio
Soglion grauezza arrecare all'vdito.

Lxxix LONGA fame, timor, caso, percossa,
Vomito, ebrietà, freddo, cagionano
Mormorio tutte e sette, nell'orecchie.

Lxxx BAGNI, Vin, Vener, Vento, Pepe, & Agli,
Fumo, Porri, Cipolle, Lenti; e Pianto,
Faue, Senapa, Sol, Fuoco, Fatica,
Percossa, Acute, Poluere, e Vigilia,
Son venti cose, che nuocono à gli occhi.

Lxxxi FINOCCHIO, Rosa, Celidonia, Ruta,
E la Verbena, souengono à gli occhi
Da mordace caligine depressi
Se di tutte acqua si farà salubre.

Lxxxij COSI i denti conserua, cogli il seme

Dei Porri, e insieme poi col Iusquiamo
Abrusciandòlo, a quelli il fumo manda.

Lxxxiij Noce, Olio freddo al capo, Anguilla, poto.
E pomi crudi, fan la voce rauca.

Lxxxiiij IL digiun, la Vigilia, cibi caldi,
La fatica, aer caldo, sobrio bere,
Rattenzion di fiato, sette cose
Sono che sanan la Reuma, e Càtarro

Lxxxv ZOLFO, Orpimento, Calce, con Sapone
Fan buono empiastro per curar le fistole.

Lxxxvi OSSA ducento diccianoue hà il corpo
Humano, e denti appresso trentadue,
Trecen sessantacinque vene ancora.

xxCvij QVATTRO sono gl'humor del corpo humano
Maninconia, Colera, Sangue, e Flemma,
Dona la terra la maninconia:
L'acqua la flemma; l'aria il sangue: e il fuoco
La colera ne dona si fumosa.

xxCviij PER natura i sanguigni son carnosi,
Allegri, curiosi, à Vener proni.
Beono volentieri, mangian con gusto
Son festosi, e burleuoli, e ad'ogni arte
Habili, e pronti, di rado s'adirano
Son liberali benigni, & audaci,
Amanti, e di color di fresche rose

Lxxix IMPETVOSI, cupidi d'honore,
Veloci nello apprendere, molto mangiano,
Crescono presto, vendican l'ingiurie,
Son prodighi, ambitiosi, ingannatori,

Ira-

xxvi IL beueraggio d'acqua è assai nocciuo,
Il stomaco fà freddo, e il cibo crudo.

xxvij LA carne di vitella assai nutrisce
La Gallina, il Capon, la Tortorella,
La Starna, la Colomba, con la Quaglia,
Il Fagiano, la Merla, la Pernice,
Il Fringuello, e son tutte carni buone.

xxviij DE i pesci molli, tu piglia i maggiori,
De i duri fa che prenda i giouanetti.

xxix TRA i pesci eleggerai il Luccio, la Perca,
Il Sassatile, l'Albica, la Tinca,
Corno, Plagiria, Carpa, Galbione,
E la Trotta di tutti nobilissima.

xxx Alle voci l'Anguille son contrarie
E i filosofi tutti ben lo sanno.
Cascio, & Anguilla nuocon se si mangiano,
Se tu spesso non beui, e poi ribeui.

xxxi IN mangiando fa spesso beua, e poco,
E se voua prendi, fa sian fresche, e molli.

xxxij I Piselli son buoni, e son cattiui,
Buon senza scorza, cattiui con essa.

xxxiij A gli ethici sano è il latte Caprino,
Poscia quel di Camela, e piu di tutti
Nel terzo luogo è lo latte Asinino.
Più nutritiuo finalmente è il latte
Di Pecora, e di Vacca à chi lo bee:
Ma nuocono alla febre, e duol di testa.

xxxiv SCIOGLIE, humetta, lenisce anco il butiro,
Mà è contrario al corpo febritante.

xxxv INCIDE, laua, penetra anco, e monda.
Il Sero, che l'acqua è del latte fresco.

xxxvi IL cascio fresco è freddo; induratiuo
E il secco, e d'humor grosso: e se col pane
Fia da i sani mangiato è assai gusteuole.

xxxvij I Medici ignoranti van dicendo
Ch'io son nociuo, senza dir la causa.
E pur do aiuto al stomaco languente.
E son figillo à i cibi auanti presi
Come sanno color che son Filosofi.

xxxviij IN pranzando fà spesso, e poco bea.
E frà l'vn pasto, e l'altro non ber mai.

xxxix SE star vuuoi sano fà che la tua cena
Habbia principio dalle cose liquide.
E dopo ciascun' vouo: vn tratto beui.

xxxx DOPO i pesci le noci, e poi le carni
Il cascio prendi. Delle noci l'vna
Gioua, altra nuoce, la terza si è morte.

xxxxi Aggiugni vino al pero, al velen noci:
Crude le pere, e senza vin veleno
Sono, mà cotte ti fian medicina.
Crude grauan lo stomaco, mà cotte
Lo rileuano, e fanno il corpo lubrico.

xxxxij LE Cerase mangiate fan gran doni
Espurgano lo stomaco, e il lor nocciolo
Rompe le pietre: e generan buon sangue.

xxxxiij SON frigide le prune, ò ver susine,
E il ventre sciolgon quando son mature.

xxxxiv LE Persiche col mosto vsar si deono,

E le

E le noci con l'vue. l'vua passa
Buona è alla tosse, & alle reni ancora,
Nuoce alla milza opilation facendo.

xxxxv SCROFE, Aposteme, e inflazion si curano
Con empiastro di fichi in acqua cotti,
Il Papauero, aggiunto trahe fuor l'ossa.
Generano anco i fichi assai pidocchi,
E di Venere aguzzan le saette.

xxxxvi LE Nespole vrinar fan pure assai,
Mà ristringono il ventre, e son migliori
Le più molli, e mature dell'acerbe.

xxxxvij IL mosto hauente feci mordicanti,
Fà orinare, il ventre scioglie, & enfia.

xxxxviij HVMOR grossi nodrisce la ceruosa,
Augumenta le forze, carne, e sangue:
Muoue l'vrina, scioglie il ventre, & enfia,
Infredda alquanto, e la fiamminga massime.

xxxxix MA più secca l'aceto, à noi si noto
Et infrigida, e macera, & induce
Melancolia, e sminuisce venere
Nuoce à i magri, & à i nerui, e i grassi secca

l ALLO stomaco gioua l'humil rapa,
Produce vento, prouoca l'vrina,
Fà danno à i denti, e torsioni al ventre,
Se mal cotta sarà la dolce rapa.

li TARDI il cor si smaltisce, e anco il stomaco,
Benche è miglior nelle sue estremitadi.
Buon nutrimento ne apporta la lingua,
E ageuolmente il polmon viene, e vanne,

E trà

E trà i ceruei, quel di galline è meglio.

Lij IL seme del finocchio il vento espelle:
E gl'Anici confortano il vederè,
E lo stomaco ancora, se fian dolci.

Liij STAGNA il flusso del sangue il Spodio preso.

Liiij AVANTI à ogni altra cosa il sal stia in mensa:
Il qual fuga il veleno, & assapora
Ogni viuanda. Nuocon non dimeno
I salsamenti alla vista; e prorito
Cagionano con scabbia, e il corpo smagrano.

LV SCALDANO il corpo questi tre sapori
Salso, amaro, & acuto: & i sequenti
Acerbo, Austero, Acetoso, lo infreddano:
Il dolce finalmente, lo ventoso,
E lo insipido dan temperamento.

LVi I denti monda, & aguzza il vedere,
Aiuta digerir, il troppo al mezzo
Riduce, la gentile, e grata Zuppa.

LVij LA solita dieta ogn'vno osserui
Che il variarla come dice Ippocrate,
Gran nocumento arreca: Ond'vtil regola
Di medicare è tener questa certa,
La qual chi transgredisce cura male.

LViij NELL'ordinare il cibo, il saggio medico
Queste sei cose dee considerare,
Che, quale, quanto, quando, doue, il numero.

LViiij SCIOGLIE il brodo del caulo, e la sostanza
Sola, ristringe: Accompagnata solue.

LX MALVA fù da gl'antichi cosi detta

Pero-

Torna quattro carte a dietro

Iracondi, pelosi, audaci, astuti,
Di corpo asciutti, e di color di cedro
Son per natura i colerici tutti.

xc DI poche forze son tutti i flemmatici,
Di piccola statura, grassi, ociosi,
Dormono molto, e son di duro ingegno,
Tardi, e lenti nel moto, e bianchi in faccia
Per molta humidità sputano assai.

xci SON per lo più cattini i melancolici,
Taciturni, inuidiosi, auari, timidi,
Di poco sonno, e cibo, atti alli studi.
Tenaci in lor pareri, e solitarij,
E di fusco colore, al verde prossimo.

xcij BIANCHI sono i flemmatici, e i colerici
Di cedrino color, rossi i sanguigni,
E di fusco colore i melancolici.
Segni d'esser sanguigno sono questi
La faccia rossa, gli occhi prominenti,
Le guancie enfiate, il corpo tutto graue,
Polso frequente, e dolor della testa,
Di duro ventre, lingua asciutta, è secca,
Sitibondi, sognanti cose rosse,
E finalmente hanno lo sputo dolce.

xciij. NE à vecchi, ne à fanciulli trar si dee sãgue
Peroche escon con esso anco gli spirti.
Mà beuendo buon vin ritorna presto,
E per lo cibo ancor, mà con più tempo.
Il trarsi sangue temperatamente
Chiarifica il vedere, e rasserena

La mente, ſcalda le midolle. e purga
Le viſcere, riſtringe il fluſſo, e il vomito,
Fà puri i ſenſi, e fa tornare il ſonno,
Toglie il tedio, alla voce conferiſce,
Gioua all'vdito, & accreſce le forze.

xciiij O ſia in vecchiezza, ò pure in giouentude
Se il ſangue abonda, ſi potrà ogni meſe
Trarne qual ch'oncia ſenza pregiudizio.
Aprile, Maggio, e Settembre, tre meſi
Sono i più atti à ſanguinar le vene.

xcv FREDDA compleſſione, region fredda,
Dolore intenſo, dopo il bagno, ò Venere,
Troppo fanciullo, ò la troppa vecchiezza
Morbo proliſſo, replezion di cibo,
Troppa fiacchezza, ſtomaco indiſpoſto,
Con Nauſea, prohibiſcon trarſi ſangue.

xcvi VNZION, beueraggio, bagno. faſcia,
E moto lento, queſte cinque coſe
Oſſeruar dee chiunche vuol trarſi ſangue.
Dona allegrezza, toglie l'ira, e vieta
L'amenzia il ſanguinarſi à tempo, e luogo.
Fa che la inciſion, ò vero piaga
Sia mediocremente grande, e larga,
Acciò i vapori, e il ſangue eſcano liberi
Tratto che è il ſangue, ſei hore vegghiare
Conuienſi almeno, acciò i fummi del ſonno
Aſcendendo alla teſta non l'offendano.
Auertiſcaſi ancor che la ferita
Non ſia tanto profonda che alcun neruo,

O arte-

O arteria ne resti da lei offesa
E dopo che ti haurai cauato sangue,
Non correre à mangiare, anzi permetti
Che i trauagliati humori sian quietati.

xcvij SCHIVAR lo latte, e lo beuer souerchio,
Le cose fredde, l'aer nugoloso,
E lo eccessiuo moto dee colui.
Che sanguinato s' è per istar sano.
De i morbi acuti nel principio deesi
Il sangue trar perche non danno indugio:
Nella mezzana età, da gli anni trenta
Fino à i quarantacinque, puoi cauare
Alqnanto più di sangue, mà pon cura
Nell'eta puerile, & in vecrhiezza
Di trarne poco: e nella Primauera
Cauar se ne può più, che in altro tempo.

xciij LE destre parti, Primauera, e state
Si deon sanguinare: e le sinistre
Il temperato Autunno, e l'aspro verno.
La primauera il cor, la state il fegato,
Il capo la Inuernata, e i pie l'Autunno.
Il sanginar la vena Saluatella
Posta frà il dito auricolar, e medico
Sei giouamenti areca: Purga il fegato,
Monda la milza, e il petto: l'orificio
Dello stomaco serua, e alla voce
Toglie ogni impedimento, e dallo al core
Il duolo innaturale isgombra, e scaccia.

xcviiij SE il dolor della testa vien dal vino

Beuuto di souerchio, prendi l'acqua
Che l'vn contrario è medicina all'altro.
Se la cima del capo, ò ver la fronte
Da souerchio calor saran vessate,
Potrai con moderate fregagioni,
E decozzion di solatro lauandole
Rinfrescarle, & leuarle ogni lor male.

C. IL molto digiunar la State, secca
I corpi: e ciascun mese vomitare
Gioua purgando da i cattiui humori
Lo stomaco, e lauando ogni suo ambito.
Primauera, la State, Autunno, e Verno,
Son le quattro stagion che integran l'anno,
Humida, e calda si è la Primauera,
Calda e secca è la State. In quella deesi
L'huom sanguinar, e moderata Venere
Vsare, e moto temperato, e bagno,
E sudore: e purgar con medicine
Il corpo, se bisogno egli ne sente,
In questa, humidi cibi vsar conuiensi,
E mandarne lontan Vener da noi,
Frequentar poco i bagni, e non cauarsi
Sangue, se già non fusse vn gran bisogno.
Vtile è la quiete, che il souerchio
Moto disecca. E il beueraggio sia
Con moderanza, acciò niun mal ne segua:
A gloria del signor, che della terra
Creò la saluteuol medicina. Amen.

SEGVITANO HORA I COMMENTARII DI M. ARNALDO DA Villanuoua Cattellano,

Sopra gli antepoſti Teſti.

Ridotti per ordine d'Alfabeto, e ſi dee notare che colui che hà traportata queſta opera di Latino in lingua volgare, in qualche paſſo, ſtudiando alla breuità, hà tralaſciato à bella poſta, alcune poche coſe non neceſſarie: e in alcun luogo ſtudioſamente, e volendo hà aggiunta qualche parola, ò ſentenza, approuata però, ò communemente dal volgo, ò almeno dai più ſcientiati dell'arte, e profeſſione.

CETO. Cinque ſono le proprietà dello Aceto. La prima è che diſecca nel terzo grado, onde conſigliano i medici che nel tempo della peſte s'vſi col cibo, e beueraggio. La ſeconda è che refrigera, imperoche ſe ben diſputano trà loro i medici della temperatura dell'Aceto, alcuni affermando che egli è freddo, & altri ch'è

calido, concedono nondimeno i più dotti che egli hà virtù più di refrigerare, e rinfrescare che di riscaldare. La terza è che egli smagra, e massimamente se si piglia à digiuno: e se fia assiduo l'vso di quello, indebolisce la vista, offende il petto, eccita la tosse, nuoce allo stomaco, e al fegato, grandemente opprime i nerui, e le giunture: e cagiona dolori articolari, tremori, e paralisie. E perciò coloro che sono di freddo, e secco temperamento, e che hanno debol petto, polmone, fegato, stomaco, nerui deboli, ò infetti, si astengano dall'Aceto, ò l'vsino almeno parcamente.

La quarta proprietà dell'Aceto si è che genera melancolia, infrigidando, e disseccando gl'humori. La quinta è che sminuendo il seme genitale, per mezzo della infrigidazione, disseccazzione, e macerazione, viene per consequenza à togliere, e rafrenare lo appetito di venere. I magri pertanto se non vogliono più smagrare s'astenghino dall'Aceto. Cosi i podagrosi, e pazienti dolori di nerui. Eccità nondimeno l' Aceto lo appetito, e voglia di mãgiare

AERE. Douendo noi continoamente nell' aere habitare, e da quello sempre esser circondati, e mangiando, e beuendo, e dormendo, e qual si voglia altra operazione facendo, dobbiamo con diligenza cerçare d'hauerlo buono, e sa-

e saluteuole. Più cose pertanto pongono le quali si deono osseruare nella elezzione dell'aere, la prima è che sia mondo, cioè non affetto d'alcun vapore, peroche l'Aere immondo altera il cuore secondo la qualità, e natura de i vapori che con quello si mescolano, prendendosi con esso nel respirare. La seconda è ch'egli sia lucido, e chiaro, peroche l'Aere torbido, e nugoloso induce nel corpo tristezza, e pigrizia: cõmouendo gli humori, e generando altresi spiriti torbidi, e melacolici: la onde per opposto non è cosa che faccia l'huomo più giocõdo, e allegro che il caminare nell'Aere sereno, e tranquillo, e massimamente la mattina.

La terza cosa che si dee intorno all'ellezzione dell'Aere osseruare, si è che egli non sia infetto, cioè alterato da qualche cattiua infezzione, come suole essere ne i luoghi doue per cagione di guerra, ò altro accidente fusse multitudine di cadaueri, e corpi morti non sotterati. Laonde per sfuggire tale infezzione causatiua bene spesso della peste, si sogliono abrusciare cotali cadaueri. La quarta che sia lontano da luoghi fetidi, e puzzolenti, come necessarii, fogne, paduli, ò ragunanze d'acque morte, ò doue sia macerato lino, ò canape, e similmente lontano da stalle, cimiteri, e altri somiglianti luoghi che sogliono cagionare fetore. Doue per maggiore intelligenza è da notare prima

che nel reggimento della ſanità l'Aere è neceſ ſario per due ragioni. La prima per la refrigeratione del cuore, e la ſeconda per l'eſpulſione delle ſuperflue fumoſitadi che turbano, e moleſtano gli ſpiriti, e calore naturale. Imperoche ſi come noi veggiamo in queſte coſe esteriori che il fuoco ſenza la ventilazione, & eſſalazione dell'aria ſi ſoffoca, e ſmorza: coſi dobbiamó imaginarci che interuenga allo ſpirito, e calore innato dentro di noi, cioè che ſe per continoa inſpiratione, e reſpiratione non fuſſe refrigerato, e quaſi ventilato, perirebbe in tutto.

Ha adunque biſogno il calor' innato dell'aere che lo nodriſca, conſerui, e temperi per mezzo dell'attrazzione, e che lo depuri, ò vero mondi, per mezzo dell' eſpulſione. Se adunque l'Aere ſia immondo, ò fetido, e corrotto, attratto dentro di noi corrompe il detto innato calore: onde nè ſegue la infermità, e la morte. Secondo è da notare che l'Aere ancora biſogna che ſia ſcoperto à i venti, e non rinchiuſo trà pareti, e tetti, ò vero trà altiſſimi monti, ò rupi, acciò ſe pure vi ſi generaſſe alcuna viziosa infezzione, ne venga preſto purgato per beneficio de i venti, e maſſimamente aquilonari. Nel tempo nondimeno della peſte quando non ſi poteſſe fuggire ad altr'aria buona ſcoperta, meglio ſaria ſtarſene in caſa cō le feneſtre chiuſe, acció quell'aere corrotto non ci penetraſſe.

Terzo

Terzo è da notare che si dee eleggere quel-l'Aere il quale non eccede in alcuna delle prime qualità che sono la calidità, la frigidità l'humidità, e la sicità. E quando per auentura egli eccedesse, si doueria con l'arte ridurre à quella temperanza che fusse possibile. Quarto noterai che nel tempo della peste volendo pure aprire le finestre, deui auertire che siano poste, ò à Oriente, ò à Settentrione, e non l'aprire se non dopo qualche hora dalla leuata del Sole: quando l'Aere è piu purgato. Noterai quinto che le due prime condizioni dell'Aere eligibile si possono da noi più tosto desiderare che eleggere: non essendo in nostra podestà far l'aere netto dai vapori, e senza nubi. Mà si bene possiamo eleggere l'habitazion nostra, non in cupa valle, mà in eleuato monte, non volta à mezzo dì onde vengono i venti corrottiui meridionali, ma à Settentrione onde soffiano venti sanissimi. Non presso à stagni, ò luoghi fetidi, mà lontana da ogni mala contagione: e doue possano il Sole, e i venti purgarla da ogni maluaggità, & infezzione cattiua.

AGLI. Molte sono le virtù dell'Aglio, calido in terzo grado, è triaca de i contadini. La prima sua virtù si è ch'egli vale contro il beueraggio d'acqua cattiua. Imperoche se si piglia innanzi, fà ch'ella non nuoce, e se dopò

pur

pur gioua, e massimamente preso con l'aceto. La seconda virtù dell'Aglio si è che molto gioua contra i nocumenti che possono apportare le mutazioni dell'Aere, onde si consiglia à coloro che fanno viaggio, e cangiano luoghi, e passano per tante variazioni d'Aere, che la mattina s'armino lo stomaco con vn poco d'Aglio: la onde fù chi cantò di queste due virtù dell'aglio

,, *Allia qui mane ieiuno sumpserit ore,*
,, *Hunc ignotarum non lædet potus aquarum:*
,, *Nec diuersorum mutatio facta locorum.*

La terza virtù dell'Aglio si è che vale contra il veleno delle serpi, e specialmente della vipera tritandolo nel vino, e con quello pigliandolo. Doue m'occorre narrare vna cosa degna da sapersi à proposito dell'Aglio, & della Vipera. Non hà molt'anni che nella Marca d'Ancona fu presa vna vipera antica, la quale hauea il corpo pieno d'Agli, non molto auanti, per quanto si conosceua mãgiati, e ragionandosi frà più eccellenti medici sopra questo caso, e come cotale animale fusse andato à cibarsi dell'aglio à lui contrario, si concluse che essendo à detta vipera antica, come si potea conietturare, cotanto abondato il veleno che le noceua, ella per instinto di natura se n'andò à pigliare l'antidoto, e rimedio, per leuar quella superfluità, e conseruarsi in vita. Gioua ancora l'Aglio al morso del ragnatelo, e del cane rabbioso, mangian-

giandolo, e anco ponendolo ſopra la ferita con foglie di fico, e ciminio. L'odore de gl'Agli ſcaccia i ſerpenti: onde fanno bene i mietitori à tenerne apreſſo di loro acciò dormẽdo nel campo, le ſerpi non ſe gli accoſtino, e gli nuocano.

Per leuare l'odore dell'Aglio, grauiſſimo à chi non gli hà mangiati, inſegnano piu modi, vno è mangiare dopò di loro alcuna foglia verde di Ruta, onde vn Poeta di queſto ſemplice parlando diſſe.

,, *Allia quem faciunt fœtorem pellit ab ore.*

Vn'altro rimedio, dicono eſſer il mangiare ſopra di loro vna faua cruda. Vn'altro mangiando dopò, della radice della bietola cotta ſotto la braſce. In ſomma l'Aglio è buono contra le ventoſitadi, gioua alla toſſe, e fa ſpurgare bene: Mà nuoce alla viſta, & induce il dolore del capo.

ANGVILLE. L'Anguille benche ſiano al guſto ſaporoſe, ſono nondimeno cattiue al reggimento della ſanità, e vengano donde ſi vogliano, e ſiano come lor pare, ò grandi, ò picciole, ò di fiumi, ò di laghi, ò di mare. Sono dico cattiue, percioche ſono viſcoſe, grandemente opilatiue, e la generatione loro nell'acque è ſimile à quella de i ſerpenti in terra: onde non ſono ſenza pericolo di veleno, e ſono particolarmente nocciue alla voce per cagione

di

di quella loro limoſità, e viſcoſità La onde ſe ne deono aſtenere la quareſima i predicatori.

Tnttauia chi ne vuol mangiare, butti via il capo, e la coda, nelle quali parti ſuol ſtare il veleno, e ſimilmente non mangi la ſpina interna. Sarebbe altreſi bene, mentre che anco ſon viue ſomergerle nel vino che fuſſe ottimo, e dipoi morte apparechiarle, con ſpezie, e vino la vernata, e la ſtate con agreſto, e aceto.

In ſomma due coſe dicono dell'Anguille alcuni valenti huomini, La prima che pare che la natura iniquamente habbia fatto, à donare à cibi da rifiutarſi, e da ſputarſi, coſi ſoaue ſapore. La ſeconda che è veriſſimo il volgato detto, appreſſo di molti, cioè che i peſci, e l'Anguille viue nell'acqua ſi deono nutrire: Mà morte nel vino ſi deono preparare: cioè che col peſce, & Anguille per temperare la loro frigidità, e humidità ſi dee bere ſpeſſo, e temperatamente del vino. E quanto s'è ſin qui detto dell'Aguille vogliono che ancora s'intenda delle lamprede, benche le picciole lamprede, ſono più lodeuoli dell'Anguille, e manco pericoloſe, non eſſendo di tanta viſcoſità, e groſſezza quanto l'Anguille.

ANICI. Gli Anici ſono calidi, e ſecchi nel terzo grado. Hãno virtù di confortare la viſta, e di ſcaldare lo ſtomaco, aſſotigliando gl' hu-

humori grossi, e freddi di quello, e preparando gli all'espulsione da farsi di loro: e per questo giouano al vedere: percioche non è cosa che tanto sia nocceuole à gli occhi quanto l'immondezza dello stomaco, da cui s'eleuano fummi immondi dannosi alla vista. Gli Anici, oltre acciò, fanno l'halito della bocca più giocondo: risoluono le ventosità, sedano i dolori, prouocano l'vrina, tolgono la sete cagionata da salsi humori: son contrarii al veleno: Vagliono all'enfiagioni, mondano la matrice dal flusso dell'humidità bianche: sono apritiui dell'opilazioni del fegato, e della milza generate dall'humidità: E similmente delle reni, e della vessica, aprendo le strade, da gli humori grossi, freddi, e lenti serrate, e chiuse. Giouano finalmente al dolore della testa, e conducono il latte alle mammelle, & eccitano, frequentati, l'appetito Venereo.

AQVA BEVTA. Essendo la sete vno appetito di cose fredde, e humide, pare in prima vista l'Acqua hauendo le predette due condizioni, cioè essendo fredda, e humida, sia più conueniente beueraggio del vino, che virtualmente è calido. Tutta via nel reggimento della sanità si dee, generalmente parlando, schifare l'Acqua, Prima perche nuoce allo stomaco infrigidandolo, e toglicndogli l'appetito del

cibo.

cibo: Dipoi perche impedisce la digestione, che si fà conterendo, e cuocendo il cibo, infrigidandolo, e rendendolo crudo. Si come per essempio si vede auenir' à vna pignatta che bolla al fuoco, se sopra vi sia posta acqua fredda in quantità, che subito rimette, e tralascia di bollire, e cuocer quella carne, ò altra cosa che dentro vi sia stata posta. Beuere non dimeno vn poco d'acqua fredda dopò il cibo preso, quando faccia sete, non nuoce, anzi allegerisce lo stomaco, & aiuta il descendimento del cibo alle parti inferiori.

Naturalmente nondimeno nella mescolanza del cibo, e missione dell'istesso alle parti del corpo estreme, il vino preuale all'acqua. Imperoche per ragione della sua sottigliezza nella sostanza, & attione, più sotilmente si mescola: E perche la natura ancora più in quello si diletta, e però più presto lo tira à se, e cõ gli altri cibi lo mescola, facendosi massimamente questa mescolanza per via di certa ebollizione la quale più aiuta il vino per conto della sua virtuale calidità, che l'acqua la quale più tosto la impedisce con la sua frigidità. E così è manifesto come il vino nella mistione che si fà dei cibi nello stomaco nostro è molto più vtile dell'acqua. E l'istesso diciamo ancora rispetto alla delazione del cibo, imperoche il vino è ottimo penetratore per la sottiglezza della sua so-

stan-

ſtanza, e calidità ſua virtuale, eſſendo le coſe ſottili, e calde, molto penetratiue. E per conſeguenza il vino è più delatiuo dell'acqua, in cui niente è virtualmente calido, nè di ſoſtanza aerea, ò ignea: onde la tardanza dell'acqua paſ ſando impediſce ogni corſo. Oltre acciò l'Acqua per vn'altra ragione non è beueraggio coſi conueniente, e d'atto come il vino: Imperocho non eſſendo ella di nutrimento, impediſce lo alimento della nutrizione: La onde quanto vn cibo è più aquatico tanto è meno nutritiuo.

E bene per tanto che il vino ſi meſcoli col cibo, eſſendo egli grandemente nutritiuo, e reſtauratiuo: e aiutãdo la nutrizione, e velociſſimamente nodrendo. Onde chi haueſſe d'aiutare vno che mancaſſe per debolezza, meglio ciò ſarebbe dandogli da bere qualche buon bino, che ſominiſtrandogli il cibo, ancorche precioſo. Si dee altreſi notare che il bere l'acqua non ſolamente è nocciuo alla cena, ò deſinare mà eziamdio in molti altri caſi.

E prima nuoce beuendoſi à digiuno, peroche penetrando ſenza rittegno alcuno à gli intimi membri principali, viene à mortificare il calore naturale. Nuoce nel ſecondo luogo beuendola dopò qualche forte eſſercizio, ò vero dopò l'atto venereo: peroche eſſendo all'hora i pori del corpo, e meati della vita molto aperti, viene à penetrare le più riposte parti dell'huomo,

mo, mortificando il calore innato, che dopò ta le essercizio si troua debole. Terzo nuoce il bere l'acqua dopò il bagno, e massimamente à corpo voto, per l'istessa regione, essendo le vie grandemente aperte: Quarto nuoce à beuerla dopò cena, ò cibo preso peroche con la sua frigidità prohibisce la resoluzione, e digestione. Quando pure hauessimo vna gran sete, e che non bastasse per leuarla la frigidità dell'aere inspirato, ne la lauanda della bocca, e gargarizzo con acqua fredda; all'hora potremo bere vn poco d'acqua con vn vaso di stretta bocca, acciò ella venga più longo tempo à cadere sopra la bocca dello stomaco, e meglio per tal maniera à spegnere la sete. Piglisi non dimeno in poca quantità, acciò omninamente non impedisca la digestione.

ASPARAGI. Danno gli Asparagi poco alimento al corpo, e non buono: benche siano diletteuoli al gusto, e confortino lo stomaco: Si possono dare con Olio, Aceto, e Sale: e bolliti in acqua muouono il ventre, e prouocano l'vrina: & alcuni dicono ch'inducano nausea

AVDITO. Nell'Vdito nostro da più cose si cagiona il tinnito, ò vero mormorio che tale hora ci sentiamo: Alcuna volta dalla paura, per cui gli spiriti, e gli humori si muouo-

no alli parti interne, e verſo il cuore, onde per tal moto ſi generano ventoſitadi penetranti l'organo dell'vdito; e commouenti l'aere connaturale in eſſo Organo eſſiſtente, e ſi cagiona cotal mormorio. Alcuna altra volta dalla lunga fame, percioche non trouando la natura il cibo neceſſario, ſi conuerte à gli humori ſparti per il corpo, e agitandogli gli muoue, e riſolue in ventoſità. Terzo può auenire dal vomito, il quale eſſendo vn mouimēto faticoſo, fà aſcendere humori al capo, e all'organo dell'vdito: In ſegno di cui veggiamo diuenire al vomitante gli occhi, e la faccia roſſa.

Quarto ſi può cagionare da alcuna percoſſa riceuuta nel capo, e ſpecialmente nell'orechie, come eziamdio da qualche caduta, onde ne proviene vehemēte commozione d'aere connaturale nell'organo dell'vdito eſſiſtente: conciosia che la natura quando alcun membro viene offeſo, immediatamente à quello tranſmetta, indirizzi, e mandi, ſpirito, e ſangue, che ſono gli inſtromenti ſuoi. Quinto può cotal mormorio eſſer cagionato dall'ebrietà, per cui ſi viene à riempire il capo di fumoſità e vapori: dai quali poſcia ſi cagiona quella agitazione dell'aere connaturale all'vdito. Seſto può auenire dal ſouerchio freddo, per cui ſi debilitano gli organi de i ſenſi, onde per ogni leggier cauſa patiſcono, & auuiene in loro commozione, ò vero

perche è proprio al freddo cagionare ventosi-tadi. In somma può il tinnito, e mormorio dell'orecchie da molte altre cagioni accadere, oltre alle predette, come essempi grazia da ventosità generatesi nel capo, & in esso mosse; O vèro dal suono d'immondezza nata in esso organo, e non espurgata fuori, onde si vorrebbono tener monde l'orecchie. O vero dal mouimento d'alcuna ventosità accidentale dentro i meati dell'vdito; come suole auuenire ne i febricanti. O vero da souerchia replezione del corpo, e massimamente dello stomaco somministrante per ciò abondanza di fumi alla testa. O vero da alcuna materia viscosa, risoluta in poca ventosità. O vero finalmente da medicine, la cui proprietà si è di rattenere gli humori, e le ventosita nelle parti superiori.

BVTIRO. Due sono le proprietà del Butiro. La prima è ch'egli dispone, e fà lubrico il ventre, per cagione della sua vntuosità. La seconda si è che humetta, e rinfresca si come eziandio il latte delle cui parti migliori egli si compone. E nondimeno nociuo il Butiro al corpo febricitante, peroche quella sua vntuosità ageuolmente s'infiamma, onde s'augumenta il calore della febre. E saria di danno eziandio à i sani, quando frequentemente per modo di cibo l'vsassero, percioche per cagione della

sua

ſua troppa humidità, & vntuoſità, induce nauſea, & abominazione allo ſtomaco, e fà ſupernatare il cibo nella bocca di quello, e ſouerchia mente rilaſſa il ventre, e prouoca il vomito. Non ſi dee adunqne vſare per modo di cibo, e ſpecialmente dopò l'altre viuande; mà per condimento, & in vece d'olio, aſſai è conueneuole.

CARNE. La carne ſalata, e ſecca, ò al fummo, ò al ſole, ſia di che ſorte ſi vuole, e di qual ſi voglia animale, genera ſangue groſſo, e maninconoſo: e per conſequenza nuoce à gli infermi, e non è anco conueneuole à i ſani. Le carni ceruine, e di lepri ſono ancora eſſe generatiue di maninconia: e ſi deono fuggire, maſſimamente quando ſono vecchie, e magre, mà quando ſono giouani, e graſſe ſon meno cattiue peroche l'età giouenile, e la graſſezza, vengono à contemperare la loro troppa ſiccità. Le carni caprine, e bouine ſono di dura, e tarda digeſtione, e generano eſſe ancora ſangue groſſo, e melancolico, mà è anco peggiore la caprina. Trà le carni di quadrupedi afferma in più luoghi Galeno quella del porco eſſer migliore per lo calore, & humidità ſua temperata. Mà biſogna auertire che ella non ſia di porco antico, peroche malageuolmente ſi digeriſce. Nè anco di troppo giouane, ò lactente, peroche cotal carne è humidiſsima.

Dicesi anco la carne porcina dell'altre miglio re, percioche genera miglior sangue, & hà più somiglianza, e conformità con la carne humana che altra. Onde si sono trouati alcuni che mangiando inscientemente carne humana, si sono pensati che sia porcina. E altresi la carne del porco molto nutritiua, e fà più d'ogn'altra ingrassare. Sono alcuni che dicono la carne de porci saluatichi essere di quella de i domestici migliore, per non essere tanto viscosa, e più leggieri. La carne di capretto, la quale pon Galeno nel secondo luogo, e dopò quella del porco, è di temperata complessione, facile à digerire, e non hà in se mescolanza di malizia alcuna. Il sangue che genera è temperato, frà il sottile, e grosso, caldo, e freddo. Onde non conuiene à coloro che molto faticano, mà à i giouani temperati, e di mediocre essercizio. Fra le seluaggie la carne del capriolo per l'istesse ragioni da alcuni è giudicata la migliore. Dopò la carne del capretto segue quella del castrato, e della vitella.

E si dee notare che le carni di complessione secca sono migliori quanto sono più giouani, peroche la loro siccità si viene à temperare dal l'humidità della prima età. La onde son migliori i capretti, e i viteglı, che i castrati, e i boui. Ma le carni de gl'animali humidi sono migliori quanto sono più distanti dal parto: percio

che

che con l'età ſi viene à diſſeccare la tanta loro humidezza. Onde le carni che inchinano al la ſiccità ſi douerebbono cuocere leſſe, come quelle de Conigli, Lepri, Cerui, Vitelli, e Caprioli: E ne i tempi humidi, e da compleſſioni humide vſare. Ma quelle che per contrario ſono di natura loro humide, ſi deuerebbono arroſtire, come la carne del porco, e de caſtrati arieti, e ne tempi ſecchi, e da compleſſioni parimente aſciutte mangiare.

Dicono alcuni la carne del porco ſenza vino eſſer men ſana di quella della pecora, ma col vino, & arroſtita nò, anzi eſſere d'ottimo nodrimento, e quaſi medicinale, peroche molto humetta. La carne di gallina è cibo molto conueneuole alla natura humana: Imperoche ſi conuerte ageuolmente in ſangue, hà pochiſſime ſuperfluità, tempera la compleſſione, e gli humori, augumenta lo intelletto, e l'ingegno, e chiarifica la voce. Sono particolarmente lodate le carni delle pollaſtre che non hanno ancora fatto l'voua, e coſi dei galletti caſtrati. La carne della Tortora è di buon nutrimento, e genera buoni humori: Quella della Starna è molto leggieri: Quella della Pernice è reſtrittiua del ventre. La carne della colomba è colerica, e per la ſua calidità genera ſangue infiammato, e diſpone alla febre. Le colombe giouani, che anco non volano hanno calidità, &

humidità ſouerchia: Onde generano humori groſſi. Le vechie, & antiche per la loro troppa calidità, e ſiccità ſono di difficile digeſtione. Per lo che migliori di tutte ſono le giouani, che incomminciano à volare. Le Conturnici ſono di ſottile ſoſtanza, generano buoni humori, e molto conuengono à i conualeſcenti. La merla vuole eſſere mangiata giouane. Il Fagiano ò vero gallo ſaluatico è cibo da principi, e molto conueneuole alla ſanità, e fortezza.

Generalmente fauellando fra gli vccegli comeſtibili, quelli ſono migliori, che nel volare ſono più veloci: peroche ſono di più facile digeſtione, e ſono cibi conueneuoli à coloro che attendono à gli ſtudi, e alla contemplazione. La carne dell'Oche, e dei Pauoni è di non lodeuole nodrimento, e difficile à digerire. Quella delle Paſſere è calidiſſima, e da ogni temperanza lontana. Dopò le carni ſi dee mangiare, non le noci peroche troppo diſeccarebbono, mà il caſcio, nè freſco, nè ſecco, mà paſſo, e mezzano. Ilquale fà diſcendere il cibo nel fondo dello ſtomaco, onde meglio ſi fà la digeſtione.

CAPO. Due rimedij pongono i Medici Salernitani al dolore del capo, il primo dei quali ſi è beuere vn calice d'aqua freſca, e queſto maſſimamente ſi dee vſare, quando cotal doglia

glia di capo si è cagionata dal souerchio vino beuto. Imperoche essa acqua con la sua freddezza, e grossezza impedisce, e vieta à i fumi, e vapori da tale souerchio bere cagionati, che non ascendano al ceruello, e l'offendano.

Il secondo rimedio si è stroppicciarsi, moderatamente però la fronte, e le tempia, e poscia cõ acqua di decozzione di Solatro, temperatamente calda lauarsi, perche la proprietà della Morella, ò vero Salatro essendo di natura fredda, si è di rinfrescare, e toglier via l'ardore della testa.

CASCIO. Il Cascio fresco è freddo, humido, di grossa sostanza, difficile à digerire, opilatiuo, generatiuo di pietra, e non molto conueneuole in via di cibo, nel reggimento della sanità. Il cascio antico, e stagionato è caldo, e secco per cagione del sale: fà digerire il cibo, & egli malageuolmente si digerisce. E di poco nodrimento, è cattiuo: nuoce allo stomaco, e troppo disecca. Ma il mezzano, cioè il passo, è buono preso dopò il cibo, mà non in molta quantità. La onde si suol per prouerbio dire.

,, *Caseus bonus, & sanus, quem dat auara manus*
,, *Il Cascio è buono e sano, ilquale dà l'auara mano*

Vero è che secondo Auicenna, il Cascio fresco, con tutto che non molto sano sia, nodrisce

nondimeno, & ingrassa chi l'vsa moderatamente. E altresi il Cascio induratiuo del ventre: E mãgiato col pane dai sani, & in poca quantità è gioueuole. Mà à gli infermi non si dee dare. Allo stomaco caldo, dicono essere vtile il Cascio fresco, peroche con la sua freschezza contempera l'adustione, e calidità di quello. Allo stomaco flegmatico conferisce il Cascio secco, con la sua accutezza tagliando, & astêrgendo la flegma. Il cascio finalmente preso dopò il cibo, fortifica la bocca dello stomaco, e toglie il fastidio della bocca, lasciato dalla vntuosità, e dolcezza delle viuande.

CATTARRO. Molti sono i rimedij da curare il cattarro. Il primo è l'astinenza, ò vero digiuno, ilquale essendo diseccatiuo viene à consumare la materia di esso cattarro. Et oltre à ciò la natura non trouando altra materia, in cui possa operare col calor suo naturale, opera in essa materia cattarrale, e la consuma. Il secondo è la vigilia, per esser ella ancora dessiccatiua del ceruello, e prohibitiua dello ascendimento de i vapori alla testa. Il terzo è il cibo caldo peroche gioua alla digestione di esso cattarro, che è di materia fredda. La fatica altresi è buona, e lo essercizio, peroche molto dissecca le superfluità corporali. Il bere ancora poco, & il patire la sete per l'istes

sa

ſa cagione. Il ritenere oltre acciò il fiato non è ſe non vtile, conciosia che coſi meglio ſi riſcaldano le parti interiori, e più ageuolmente ſi viene á digerire cotal materia fredda.

Si dee anco vno incattarrato guardare dal ſole, e dal fuoco, imperoche hauendo l'vno, e l'altro virtù riſolutiua, accreſcono materia al cattarro. Lo ſtare altreſi à giacere ſopino dicono alcuni eſſer molto noceuole, peroche correndo per ciò cotal materia cattarrale alle parti poſteriori, doue non hà eſſito, porta pericolo di non caſcare ſopra i nerui, e cagionare ſpaſimo, ò paraliſia. Vltimamente ſi dee lo incattarrato aſtenere dal vino, percioche eſſendo vaporoſo, e molto calido, riſſolue materia, & accreſce cattarro.

Dirò ancora queſto, e poi tacerò in queſto propoſito, cioè che tre ſono le ſpecie di queſta infermità: La prima è nelle nari: La ſeconda nelle fauci: E la terza nel petto: e per lo più tutte e tre vanno ſucceſſiuamente accompagnate, calando ſempre cotal materia più à baſſo ſino à tanto, che poſcia matura ſi ſpurghi, e ſi mandi fuora.

CAVLO. La prima cuocitura del caulo è vtile à diſporre il corpo, conciosia che nelle foglie, e parti eſteriori d'eſſo ſia vna certa virtù aſterſiua, la quale ageuolmente nella prima

de-

decozzione, ancorche breue, ſeparata, e ſparta per l'Acqua, la rende lubrica, e laſſatiua. Mà la ſoſtāza del cauolo dopò la decozzione, riſtringe il ventre, e lo rende ſtitico, peroche tutta quella virtù laſſatiua che haueua eſſendo leuata, rimane la ſola ſoſtanza terreſtre, e ſecca, che hà virtù ſtringitiua. Mà l'vna & l'altra inſieme, cioè il brodo, e la foglia ſono laſſatiui. Genera il cauolo humore maninconico: sominiſtra cattiui ſogni: nuoce allo ſtomaco: ottenebra il vedere: induce ſonno: prouoca l'vrina: poco nodriſce: e prohibendo alle fumoſità del vino, più immateriali, e ſottili delle ſue, cō ingroſſarle, che non aſcendino al ceruello, mangiato non laſcia vbriacare.

CROCO. Il Croco genera nauſea, toglie l'appetito, fà venire ſonno, ottenebra i ſenſi, beuto nel vino inebria, chiarifica la viſta, vieta le lagrime à gli occhi, fà l'anhelito facile, conforta gli inſtromenti del fiato, prouoca l'vrina, & eccita venere, immoderatamente vſato: conforta eziandio lo ſtomaco, e principalmente il cuore per la ſua calidità. Mà ſopra tutto dicono, che hà virtù di rallegrare, di maniera, che tre ſcudi d'eſſo preſi amazzano d'allegrezza: & è vn ſcudo il peſo d'vna dramma, e mezzo. Di modo che quattro dramme, e mezzo di Croco, ſe ſi deſſero à vno, ò in beuanda, ò in al-

altra cosa à mangiare, generarebbono in lui, come dicono tanta allegrezza, e riso, che se ne morrebbe. Si dee àdunque vsare parchissimamente, come douea fare Eraclito però sempre piangente, per contrario à Democrito che sempre ridea.

CELIDONIA. E questa vn'herba nota, massimamente alle Rondini. Per lo che da i greci con vocabolo di quest'herba, Celidonie sono chiamate. Hà virtù di sciogliere, consumare, & attrarre: & è confortatiua della vista. Onde sogliono i medici contra la debolezza del vedere nelle loro medicine vsarla. Le radici di lei trite, e cotte nel vino vagliono à purgare la testa da gli humori freddi, & humidi. Mà particolarmente si seruono di questo benedetto semplice le sopranominate Rondini nel restituire la vista cõ esso à i loro figliuolini: i quali bene spesso rimangono ciechi cascando sopra de gli occhi loro le feci delle madri nel nidio. Mà essendo quest'herba calida e secca nel terzo grado, con essa vengono à disseccare quell'humidità straniera caduta ne gli occhi à i proprii figliuoli: e per tal maniera vengono raluminati.

CIPOLLE. Le Cipolle, come dicono Galeno, & Auicenna, sono calide nel terzo

grado. Onde nuocono à i colerici, e giouano ai flegmatici, assottigliando, & astergendo i loro cattiui humori. Conferiscono ancora allo stomaco, purgandolo dalla flegma, e riscaldandolo. Cagionano altresi buon colore nella faccia peroche non è possibile che il colore del volto sia viuo, & acceso, essendo lo stomaco molto flegmatico, e di crudi, e cattiui humori ripieno. Le Cipolle cotte, e peste se si pongono sopra la testa, oue non siano peli, ò vero capelli, per cagione d'opilazione, aprono i pori, e risoluendo quella materia cattiua, che staua ascosa sotto la cotenna gli vi fanno nascere.

In somma, eccitano l'appetito, inducono sete, fanno rossa la faccia, trite col mele, e con l'aceto sono medicina al morso del cane rabbioso. Il sugo loro gioua à desiccare gli occhi lagrimosi, benche mangiate à gli stessi nuocono per la loro accutezza. Sono eziandio di danno allo intelletto generando humori grossi cattiui: e frequentate per la loro caldezza sono contrarie alla castità.

CENA. Ancora che ogni souerchio mangiare sia sempre nocciuo, generando opilazioni, febri, aposteme, & altri innumerabili mali: nondimeno quello della sera nuoce più di tutti allo stomaco, e alla complessione, onde si suole in prouerbio dire che,

A vna

,, *A vna abondante, ricca, e lauta, cena*
,, *Allo ſtomaco ſegue angoſcia, e pena,*

Auicenna conſiglia coloro che non tolerano di cibarſi vna ſol volta il giorno, à diuidere, e ſpar tire il cibo in tre parti, e due prenderne la mattina nel deſinare, e la terza la ſera nella cena. La ragione di queſto ſi è percioche la natura, nella notte eſſendo occupata intorno alla matu razione, e digeſtione delle ſuperfluità, non può coſi bene, e come ſi conuerrebbe attendere alla decozzione del cibo ſouerchiamente preſo. Mà il giorno, alla digeſtione del cibo, oltre alla fatica, concorrono due maniere di calore, il ſolare eſterno che aiuta, & il naturale interno che non iſtà giammai in ozio.

Si dee nondimeno oſſeruare che la conſuetudine è come vn'altra natura. Onde à gli ſtudianti che per cagione di poter meglio ſpecola re nelle ſcuole il giorno, di breuiſſimo deſinare ſi contentano, non nuoce poſcia la ſera, per la conſuetudine, & vſo fatto, ſe alquanto più lun ga cena prendono. In ſomma non ſi dee giam mai per alcun tempo, cotanto mãgiare, che niu na parte dello ſtomaco reſti vota: nè anco del tutto negare all'appetito il deſiderio, e biſogno ſuo. Mà oſſeruare in queſta, come anco in ogni altra coſa, la lodeuole, e ſempre dai buoni, e virtuoſi amata mediocrità.

Sono alcuni che dicono la cena douerſi in-

com-

cominciare dal bere: mà io sono di contraria oppinione, e seguo in ciò l'autorità d'alcuni eccellenti Filosofi, e la consuetudine dei più. Concedendo però che ella si deue incominciare da i cibi di più ageuole digestione, acciò nõ si corrompano nello stomaco presi dopò gli altri cibi di più malageuole digestione, ò vero siano troppo abrusciati dal calore naturale operante fortemente per la digestione de cibi più grossi sottostanti. Meglio è adunque prendere nel principio i cibi più liquidi, e di più ageuole digestione, acciò tosto che saranno prima de gli altri smaltiti, possano senza ripugnanza andarsene al luogo loro.

CERASE. Tre sono l'vtilità principali che ne arrecano le Ciriegie, La prima è che purgano lo stomaco, all'hora massimamente, quando con esse si frangono, e spezzano i noccioli, essendo in lor certa virtù astersiua, e mondificatiua. La seconda è che il nocciuolo loro, cioè la sostanza che vi stà dentro, hà virtù di rompere le pietre delle reni, ò vero della vessica, se secca sia presa, ò vero d'essa se ne faccia latte. La terza è che la carne delle Ciriegie, cioè quella parte che cuopre l'osso, e il nocciuolo, genera ottimo sangue, conforta, e ingrassa. Onde si vede che al tempo delle Ciriegie, le passere à cui molto piacciono, sono dell'altre sta-

ſtagioni più graſſe. Ma qui ſi dee notare che di più maniere Ciriegie ſi trouano, cioè alcune groſſe, & altre picciole. Le groſſe ſono elleno ancora di due ſorte dolci, & acerbe. Le dolci, e picciole ſono mal ſane, peroche ageuolmente ſi corrompono, e generano nei corpi vermi. Le groſſe pontiche roſſè, e molli ſi deono mangiare nel principio della menſa, peroche hanno virtù aſterſiua dello ſtomaco è d'eccitare l'appetito. Mà le duracini ſi deono pigliare nel fine del pranzo, ò vero cena, peroche chiudono la bocca dello ſtomaco, onde la digeſtione migliore, e più velocemente vien fatta.

CERVELLO. Fauellando i Medici Salernitani delle parti de gli animali comeſtibili, dicono, La carne del cuore eſſere melanconica, difficilmente digerirſi, e tardi diſcendere, e mandarſi fuora, onde non è bona, nè molto nodriſce.

Lo ſtomaco, ò vero petto parimente è di mala digeſtione, eſſendo membro neruoſo, e non genera buon ſangue. L'eſtreme parti nondimeno di quello che ſono più carnoſe, ſono migliori, e più digeſtiue.

La Lingua è di buono nodrimento, e di ageuole digeſtione, e frà tutte quella del porco: denudata maſſimamente della propria pelle. La lingua del boue per la ſua troppa humidità è

tà è poco ſana: chi pure la vuol mangiare l'aroſtiſca con garofani, & altre ſpezierie ſminuenti la ſua tanta humidità.
Il polmone per la ſua mollezza, e rarità facilmente ſi ſmaltiſce, e manda fuori: mà per eſſere di poco nutrimento, e flegmatico, poco conuiene alla natura humana. Il polmone nondimeno del montone, ſe bene non è cibo conueneuole, è però buona medicina per ſanare il calcagno ſcorticato dalla ſcarpa, ſe caldo vi ſi pone ſopra.

IL CERVELLO. Fà nauſea allo ſtomaco, toglie l'appetito, e genera groſſi humori. Mà bene iſmaltito dà notabile alimento al corpo. Non ſi dee però mangiare dopò gl'altri cibi, mà innanzi condito, con ſpecie, acciò ſi venga à contemperare la ſua viſcoſità, e frigidezza. Il ceruello dei Caprioli è contro i veleni: quello della Lepre contra il tremore: quello del porco poco è alla natura conueneuole: Frà i quadrupedi, il ceruello dell'Ariete tiene il primo luogo, e quello del Vitello il ſecondo. Mà migliori ſono quelli de i volatili, e maſſimamente montanini. E ſopra tutti poi, dicono, eſſere migliore il ceruello della Gallina, e del Cappone, condito col ſale, e con le ſpetie. Imperoche ſtagna il fluſſo del ſangue delle nari, augumenta la materia, & aſſottiglia l'ingegno.

CVRE. Chiunche brama di viuer ſano, biſogna che dia bando primieramente à tutte le cure ſouerchie, e maninconoſe. Imperoche diſſeccano i corpi, e l'oſſa, inducono macilenza, ſtringono il core, ottenebrano lo ſpirito, fanno ottuſo, e groſſo l'ingegno, impediſcono la ragione, oſcurano il giudizio, e fanno perdere la memoria. Sono nondimeno alcuni cotanto graſſi, e corpolenti, che bene ſarebbe loro alcuna volta hauere de i penſieri graui, e cure noioſe, acciò il corpo alquanto macerandoſi, deſſe più libero campo allo ſpirito di operare.

CIBO. L'huomo che deſidera mantener ſi ſano, deue auertire nel prendere il cibo più coſe, e prima che lo ſtomaco ſia bene purgato dai cattiui humori: peroche altramente il cibo meſcolato con quei cattiui humori ſi corromperebbe con pregiudizio della ſanità. Si purga lo ſtomaco ſpecialmente col vomito, quando da noceuoli humori ſi ſente grauato. Nel ſecondo luogo ſi dee oſſeruare che non ſi pigli cibo ſopra cibo indigeſto, peroche non può farſi coſa più dannoſa per la ſanità, concioſia che per ciò ſi generano molti cattiui humori nel corpo, onde ſi cagionano varie infermità.

Segno della digeſtione fatta, dicono eſſere l'appetito vero, e la fame: dico vero appetito di mangiare, peroche tal volta ſi ritrouano al-

cuni, i quali non per bisogno, mà per golosità mangiarebbono, e beuerebbono ad ogni hora. Quando adunque ci è questo vero appetito si può mangiare, anzi, non si dee differire il cibo percioche altramente facendo si viene à riempiere lo stomaco di putridi, e cattiui humori. È altresi da osseruare che in vna istessa cena, ò refezzione non si deono pigliare diuersi cibi, come sarebbono carni, e pesci: polli, e porco: peroche douendosi di tutti fare vna composizione, quanto più diuersi saranno l'vno dall'altro, tanto sarà più malageuole l'vnione.

Non si dee anco molto prolongare il pranzo ò la cena, come fanno alcuni, che in ragionando, e mangiando staranno tal volta à tauola, e due, e tre hore, e più. Imperoche cosi facendo l'vltimo cibo che prendono troua il primo già mezzo smaltito, onde cotale dissomiglianza nello stomaco pessimi effetti cagiona. Per lo che non si douerebbe passare giammai nella cena, ò desinare lo spazio d'vn'hora. Questi precetti benissimo osseruaua quel gran Rè de Persi Ciro, di cui si legge, che mai si pose à tauola senza appetito, nè mai quindi si leuò satollo.

COMESTIONE. Nella Primauera, dicono douersi pigliare poco cibo, acciò la natura meglio possa digerire i crudi humori ge-

nerati l'Inuerno nei corpi nostri. Onde affermano la diminuzione del cibo nel prefato tempo essere vno dei principalissimi mezzi da mãtenarsi sane. La state similmente si dee poco mangiare, percioche essendo gli spiriti, e calore naturale, instromenti della virtù digestiua, molto deboli, per cagione del calore esterno eccessiuo, che gli trahe alle cose esterne, il molto cibo non si potria ben digerire.

Perche nondimeno molte sono le resoluzioni dell'humidità tanto sostanziali, quanto accidentali, che si fanno nel corpo nostro la state, vuole Galeno che il cibo sia spesso, e poco. Spesso perche spesse, e frequenti sono le resoluzioni dal souerchio caldo cagionate: poco per la fiacchezza della virtù digestiua. E permette che il beueraggio sia più del cibo, per le grandissime risoluzioni che si fanno, mà vuole che i vini siano piccoli, e bene innacquati, acciò non s'aggiunga calore à calore.

Lo Autunno dobbiamo riguardarci da i frutti di quella stagione, cioè dall'vue, persiche, fichi, & simili, ò almeno mangiarne pochi: percioche generano sangue disposto alla putrefazione, per lo ribollimento che fanno nel corpo, e ne gli humori: Onde ne vengono varie infermità.

Lo Inuerno vuole Galeno che si possa pigliare più cibo che in altra stagione: percioche all'-

hora il calore naturale è fortissimo, per due ragioni. La prima perche è più vnito. La seconda perche viene fortificato dalla frigidità circonstante dell'aria. E questo si dee intendere rispetto à i corpi sani, e robusti: perche rispetto alle persone deboli, e di poco valore, lequali l'intenso freddo non conforta, mà più tosto indebolisce, si dee dire altramente, cioè che per la debolezza del calore naturale prendano poco cibo, mà buono, e sostanzieuole.

CERVOSA. La Ceruosa si può fare di Grano, d'Orzo, e d'Auena. Quella d'Orzo riuscirà più frigida, essendo che l'Orzo refrigera, e secca. Quella che si fa d'Orzo, & Auena insieme, sarà meno opilatiua, e genera manco ventosità, è sarà anco meno nutritiua. Quella finalmente che si fà di grano è più calida, più nutrisce, e d'è eziandio più opilatiua. E si dee sapere che quanto la ceruosa è più sottile, tanto è migliore. Et che pessima sarebbe quella che si facesse di loglio, imperoche genera gran dolore di testa, & offesione di nerui.

Molte sono le proprietà della Ceruosa, e la prima che genera humori grossi, più e meno secondo che essa sarà più sotule, ò grossa. La seconda proprietà si è che augumenta le forze, e massimamente quella che è di più decozzione, come dicone essere l'Ostiense. La terza si è

che

che augumenta la carne, e fà ingrassare, per la sua molta nutrizione. La quarta che genera buon sangue, massimamente quella fatta d'ottimi grani, e fresca. La quinta è che prouoca l'vrina. La sesta che scioglie il ventre, e queste due vltime proprietà si deono intendere della ceruosa chiara, in cui molti luppoli si pongono. Laquale nondimeno deono schifare i deboli di testa, percioche ageuolmente frequentandola s'inebriarebbono per cagione di detti luppoli. La settima proprietà si è ch'ella gonfia il ventre, & ingrassa, & è vero della Ceruosa poco cotta. L'ottaua è che ella infrigida, rispettiuamente al vino.

Cinque condizioni dee hauere la Ceruosa à volere che sia perfetta. La prima che non sia acetosa, peroche nocerebbe à i nerui come l'aceto. La seconda che sia chiara, peroche la torbida se bene ingrassa, genera però ventosita, e molta flegma, e rende difficile l'orinare, e il respirare turando i meati. La terza che sia ben cotta, e di grani buoni, non corrotti, e questa sarà la quarta condizzione Imperoche di grani guasti genera cattiui humori: e la mal cotta cagiona enfiagioni, e dolori colici. La quinta è che sia stagionata, e ben purgata, acciò non causi ventosità. E si dee bere temperatamente, perche è peggiore l'ebrietà della Ceruosa che del vino.

COMPLESSIONE. Concorrono alla constituzione del corpo humano necessariamente quattro humori, che sono, Sangue, Flegma, Colera, e melancolia: Il sangue per essere caldo, e humido vien comparato all'Aere: la Flegma, fredda e humida, all'Aqua: la Colera calda e secca, viene assomigliata al fuoco, e la Maninconia fredda e secca, alla terra. Il migliore di questi humori è il sangue, prima perochè è materia de gli spiriti ne i quali consiste la vita, e ogni operazione vitale, e vegetale. Dappoi perche è più cōforme à i principii della vita, che sono il caldo, e humido temperato. Terzo perche più nutrisce, e ristaura il deperdito che gli altri humori, & in somma perche il sangue è il tesoro della natura, alla cui amissione subito segue la morte.

Dopò il sangue segue la flegma in bontà, per essere più de gli altri humori atta á cangiarsi in sangue, e perche essendo più vicina all'humido radicale, è come base della vita. Seguita di poi la colera, la quale mentre che osserua la misura e temperamento, partecipa col calore naturale. Nell' vltimo luogo, come feccia, & sordidezza del sangue, si pone la maninconia, lontana da i principii della vita, innimica della letizia, e della liberalità, connata alla vecchiezza, & alla morte.

Molti segni pongono i Fisici da conoscere l'hu

l'humane complessioni. Imperoche il sanguin gno è naturalmente corpulento, e di buon colore: volentieri ascolta fauole, e burle, è allegro, e festoso nel suo conuersare: gli piace il vino, e il buono. E inclinato à Venere. Ride facilmente: è sempre amabile e giocondo. Difficilmente s'adira: è liberale: audace: si diletta del canto, e del suono: & ama l'amicizie: e tutte queste proprietà gli conuengono per la nobilissima sua complessione fondata nel caldo, e nell' humido. Onde per la viuacità, e perspicacità dello ingegno, il sanguigno è atto à facilmente apprendere tutte le buone arti, e discipline.

Il Colerico è impetuoso nell'azzioni sue: è cupido d'honore. Velocemente apprende per la sottigliezza, e calidità dell' humore colerico: mangia assai, peroche in lui è il calore grande, potente à digerire: presto cresce, e peruiene all'augumento, per la fortezza del calore naturale, ch'è causa dell'acrescimento: è magnanimo, e non può sopportare l'ingiurie: è hirsuto, e peloso per la caldezza dilatante i pori, e mouente la materia de peli alla cotenna. Ageuolmente s'adira: è audace, astuto, magro, per la siccità della complessione, & è di colore cedrino per il dominio della colera.

Il Flegmatico è di poche forze per la paucità del calore naturale, da cui ogni virtù hà origi

ne. Di ſtatura piccola per il poco calore impotente à eſtendere il corpo in longo, ò vero in alto. E più inclinato all'ocio che à gli ſtudi, per la frigidità inuitante alla pigrizia. Dorme aſſai per l'abondante humidità. E di groſſo ingegno, poco perſpicace, per la freddezza. E tardo nel moto per l'iſteſſa cagione. Sputa aſſai per la grande humidità multiplicatiua di tal materia: & è bianco in faccia naturalmente, ſegno della paucità del ſangue con frigidità, ſecondo Auicenna.

Il Maninconico, per gli ſpiriti torbidi, e tenebroſi, è ripieno di triſtezza, come per contrario gli huomini ſanguigni ſono allegri per la chiarezza de gli ſpiriti. E taciturno, e di poche parole per la ſua freddezza. Dorme poco per la ſiccità del ceruello: è pertinace nelle proprie oppinioni, per la medeſima ſiccità rittentiua: ſempre teme, nè mai gli pare eſſere ſicuro, per la tenebroſità de gli ſpiriti: E inuidioſo, auaro, tenace, cattiuo pagatore. E atto à gli ſtudi: Ama la ſolitudine. Onde prouieuiene che molto legge, digiuna, & altre aſtinenze fà conueneuoli à perſana diuota, è di colore fuſco, pendente nel verde, per il dominio della melancolia.

Qui noterai prima che quanto s'è detto, ſi dee intendere naturalmente, e communemente fauellando, peroche con la virtù, e diuina

gra

gratia si possono vincere le naturali inclinazioni. Noterai poi che rari, per mio auiso, sono coloro che habbiano vna di queste antedette complessioni solitaria cioè che non sia mescolata, e non venga à participare d'alcuna dell'altre. Noterai terzo che alcuni sono melancolici, non per natura, ò complessione, mà per accidente, e perche essendo amatori della solitudine, e silēzio, e pochissimo praticando con gli huomini, per meglio potere nell'orazioni, e contemplazioni conuersare con Dio, e co'i Santi, tali da loro si fanno. Ai quali però non conuengono le condizioni dei melancolici di sopra poste, se non in meno ma parte, e senza vizio. Noterai quarto che quando si dice vno essere di complessione sanguigna, ò colerica, non si dee però intendere che di tal maniera si ritroui in lui cotale humore, che ne vengano per ciò tutti gli altri esclusi, mà si bene che quello predomini in lui, e siggnoreggi à gli altri tre. Noterai quinto che se bene gli huomini di cõplessione sanguigna sono atti alle lettere, e i colerici apprendono presto le cose: nondimeno i melancolici per esser più fermi, & assidui à gli studi, per lo più diuengono magiormente dotti. Anzi come disse Aristotile, non si da alcuno grande ingegno senza melancolia.

ÇERIFOLIO. Tre ſono gli effetti del Cerifoglio: Il primo che trito col mele, e poſto ſopra il canchero lo cura. E il canchero vn'apoſtema melancolica che corrode le parti del corpo tanto carnoſe quanto neruoſe, e chiamaſi canchero peroche pare che camini come il granchio. Il ſecondo effetto ſi è che beuto col vino toglie il dolore del ventre, generato da groſſa ventoſità. Il terzo è che ſeda il vomito, e fluſſo del ventre, eſſendo il Cerifoglio caldo nel terzo grado, e ſecco nel ſecondo. Onde viene à digerire, e diſſeccare quella materia fredda, e flemmatica, donde tal volta prouiene il vomito, e fluſſo: e per queſti effetti viene ancora à prouocare l'orina, e i meſtrui, e leuare il dolore de i fianchi, delle reni, e della veſcica.

DENTI. Galeno, & Auicenna dicono eſſer nell'huomo dugento quarantotto oſſa: Vene trecento ſeſſantacinque: e denti per lo più, trentadue, benche in alcuni non ſiano più di vẽtotto. Si diſtinguono in fra di loro peroche alcuni ſono inciſiui, & alcuni molari. Inciſiui ſono i denti dinãzi, molari ſono quegli da i lati. Sono i dẽti datici dalla nanatura non ſolamẽte per l'vſo dei cibi, mà ancora per cagione di formare le voci perfette, e maſſimamente quei dinanzi: & altre ſi per decoro, & ornamento.

Si

Si cõseruerãno i denti stabili, e sani, lauandosi ciascun mese la bocca con vino, in cui sia dicot ta la radice del Titimello, onde parimente verrà à cagionarsi l'odore, ò vero l'alito buono, e soaue. Si deono oltre acciò spesso mondare: e nettare: peroche altramente facendo, la immondezza dei denti fà il fiato cattiuo, manda spiriti immondi al ceruello i quali lo perturbano: e mescolate quelle limosità dei denti col cibo, son causa della corrozzione sua nello stomaco. Il seme de Porri col seme del Iusquiamo, leuano il dolore dei denti.

Si deono insieme questi semi abrusciare, & per mezzo d'vno imbutello riceuere, e mandare il loro fumo à quella parte, doue è il dolore dei denti, e si leuerà; Imperoche nel fumo del seme dei porri, dicono esser virtù d'occidere, e cacciare fuori i vermi, che tal'hora nelle concauità dei denti si generano, e son cagione di doglia intolerabile. E l'herba Iusquiamo, hauendo virtù stupefattiua fà parimente che il dolore non si senta; conciosia che per lo stupore la doglia non si apprenda. Per leuare finalmente le reliquie del cibo, acciò non si corrompano frà i denti si suole vsare il lentischio, e per nettargli di fuora è buona la saluia prima lauata nel vino, hauendo la saluia virtù di confortare i nerui, e disseccare l'humidità, causa della loro rilassazione, come altra volta si dirà.

DIE-

DIETA. Di tre sorte Dieta pongono i Fisici, grossa, tenue, e tenuissima: quest'vltima è quando quasi niente, ò pochissimo si concede all'infermo. La tenue si diuide in declinan te alla grossa, come quando si concede il brodo della carne, l'voua da bere, ò qualche pollastrello tenero: inchinante alla tenuissima, come quando si cōcede l'acqua d'orzo, vino granato, & altre cose simili, e nella mezzana. Mà lasciando queste diete due, tenue cioè e tenuissima alla considerazione de i medici per i loro infermi, diciamo la dieta grossa, conueeuole à i sani, douersi osseruare, secondo la costumanza che ciascuno si ha presa quando sia buona, e la si troui vtile: peroche le complessioni essendo varie, variamente ancora si deono reggere.

Vtile però sia sempre ad ogn'vno inchinare più al poco che al souerchio, e custodire le consuetudini sue antiche, non meno che la natura, non essendo le consuetudine se non quasi vn'altra natura. E quando pure s'hauesse da muta re consuetudine bisogna essere cauto di non la transmutare à vn tratto, mà à poco à poco: peroche le subite mutazioni grandemente nuocono. Lodano assai i Fisici che l'huomo ciascuna settimana si priui d'vno, ò due pasti, per dare campo alla natura di perfettamente digerire se alcuna reliquia indigesta fusse nello stomaco rimasa.

DIGIVNO. Il digiuno, e la fame disseccano il corpo. Imperoche mancando l'humido del cibo, il calore naturale del corpo nostro viene à operare nell'humidità proprie, e e le dissecca. La onde dice Ippocrate che à i corpi hauenti le carni humide fà bene il patire alcuna volta la fame. E per l'istessa ragione la state non conuiene molto digiunare, peroche troppo si disseccano per lo digiuno i corpi, essendo la state per se stessa calda, e secca: e risoluendosi altresi molte humidità del corpo per sudori multiplicati nella state. Onde soprauenendo il digiuno molto più si disseccano. Si dee adunque moderatamente vsare il digiuno, la state massimamente.

FICO. Frà tutti i frutti, ò vero pomi, il Fico secondo Auicenna, è il più nutritiuo, onde & per la sua dolcezza molto ingrassa. Sono di due sorte, cioè bianchi, e neri, e trà loro poi in molte specij diuisi. E i bianchi sono migliori, e più lenitiui. Si possono mangiare freschi, e secchi. I freschi ben maturi più velocemente nutriscono, e più presto passano dallo stomaco al fegato, e più humettano, e sono più lenitiui. Mà i secchi sono meno enfiatiui, e più allo stomaco conueneuoli. Presi à digiuno sono di marauiglioso aiuto per aprire la via al cibo, onde e chiarificano la voce.

Il ſangue nondimeno di loro generato non è buono, e quindi è dicono, che genera pidochi. Conuengono finalmente, e gli vni, e gli altri in queſto che ſono enfiatiui, lenitiui, & eſpulſiui delle ſuperfluità alla cottenna: prouocano il ſudore: rimuouono l'aſprezza delle fauci, mondano, e leniſcono la canna del polmone, e del petto, & aprono l'opilazioni del fegato, reni, e milza, e perche ſono generatiui di ventoſità eccitano à Venere. Cotti i Fichi nell'acqua ſon buoni à fare impiaſtri ſopra le ſcrofole, e altri enfiati, ò poſteme per maturarle e ſaria bene meſcolare con detta acqua vn poco d'aceto, acciò faceſſe la virtù dei Fichi meglio penetrare. Cotti medeſimamente nell'acqua, ſenz'aceto però, inſieme col papauero, ſe ne fà impiaſtro buono per rotture d'oſſa.

FINOCCHIO. Aſſegnano communemente i Medici quattro vtilità al ſeme del finocchio mangiato. La prima è che conferiſce al ſcacciare via la febre. La ſeconda che è buono contra il veleno. La terza che monda, e purga lo ſtomaco. La quarta che aguzza, e raffina il vedere. La onde narrano che le vipere, e i ſerpenti quando dopò l'inuernata eſcono delle loro cauerne fregano, e ſtropicciano gl'occhi loro ſopra del finocchio, acciò la viſta loro per eſſere ſtata cotanto tempo nelle tenebre

nebre offuſcata diuenti chiara, e perſpicace. Aggiungneſi à queſte quattro vtilità, che il ſeme del finocchio è molto atto à ſcacciare fuori le ventoſità che ſogliono tal'hora gran tormento al corpo humano arrecare. E la ragione è peroche è calido, e ſecco, e per conſeguēza contrario alle ventoſità, che ſono fredde di loro natura. E ſi dee auertire che il finocchio tardi ſi digeriſce, & è di poco, e cattiuo nutrimento. Onde non ſi dee vſare per modo di cibo, mà di medicina ſolamente, e per correzzione d'alcuni altri cibi. Si come alcuna volta con la lattuga mangiamo il petroſemolo per contemperare la freddezza, e humidità di eſſa lattuga: e ſi come eziamdio con le zucche, e con le rape ſi può cuocere il finocchio per correggere la malizia loro.

FISTOLA. La fiſtola ſi cura con impiaſtro fatto d'Orpimento, Zolfo, Calcina, e Sapone, inſieme meſcolati. E la ragione ſi è peroche in tutte queſte coſe ſi ritroua virtù diſſeccattiua, e mondatiua, eſſendo l'orpimento caldo, e ſecco in quarto grado, onde riſolue, conſuma, e monda. E il ſapone, e zolfo eſſendo parimente caldi, il zolfo in quarto grado, mà il ſapone nò: E la calce lauata, è diſſeccatiua, e conſolida. E ſi dee notare che la fiſtola è vna piaga che aſſiduamente, e ſecondo

la

la diuersità dei tempi, più e meno geme, e man da fuori humori. Orpimento è quello ch'vsano gli scultori per vnire il bronzo, ò altro metallo alle pietre, ò marmi.

Et il sapone che cosa sia è notissimo essendo certa grassezza bianca, ò vero negra, con cui le donne mondano, e fanno bianche le vesti: grassezza, dico, essere il sapone, non propriamente, quasi ch'egli sia parte d'animale alcuno, mà percioche nella composizione di lui si piglia il fiore, e quasi grassezza di molte cose che à farlo perfetto concorrono.

EBRIETA. Sei mali cagiona l'Ebrietà nel corpo humano, il primo e che corrompe la complessione del fegato, il secondo fà danno al ceruello per le molte fumosità, il terzo che indebolisce i nerui, onde i gran beuitori spesso patono del tremor del capo, ò altri membri, il quarto induce la paralisia, e lo spasmo, il quinto male che fà l'ebrietà si è l'appoplessia ó vero gocciola per le molte humidita del ceruello dal vino moltiplicate, che vengono à opilare la via de gli spiriti animali dal ceruello alle membra, il sesto nocumento, e male si è la morte subbitanea, quādo l'ebrio vien suffocato.

FLEVBOTHOMIA. Come non si dee cauare sangue à i giouanetti auanti i qua-

tordici

tordici anni, ſecondo Galeno: coſi nè anco à i vecchi. Imperoche euacuandoſi ſempre moltitudine di ſpiriti con la euacuazione del ſangue, troppo debilitarebbono le due predette etadi, puerile, e ſenile. Si riſtorano nondimeno gli ſpiriti, beuendo ſubito vn bicchiere di buon vino, di cui niuna coſa più velocemente nutriſce, e riſtora le perdute forze.

Moderatamente cauarſi ſangue, conforta la viſta peroche ſminuendo gli humori, viene altreſi à ſminuire i fumi che aſcendeuano al capo & offuſcauano il vedere. Chiarifica la mente, e il ceruello: gioua all'vdito, e à tutti i ſenſi, per la detta ragione. Toglie la maninconia, peroche euacuando il ſangue, euacua ancora la feccia di quello, ch'è l'iſteſſa melancolia. Fa la voce migliore, ſminuendo le ſuperfluità, e humidità che peruenēdo al petto, ò alla canna del polmone, poteuano impedirla. Accreſce finalmente le forze, conciosia che la natura allegerita per tale euacuazione, diuenga più gagliarda.

Chi ſi vuol ſanguinare per mantenimento della ſanità dee ciò fare in alcuno di queſti tre meſi, Maggio, cioè Settembre, ò Aprile. Auertendo però che ne i due meſi, Aprile, è Maggio ſi dee cauare il ſangue per la vena del fegato, moltiplicandoſi in detto tempo il ſangue, di cui il fegato è come ſedia. Mà nel

mese di Settembre si dee sanguinare la vena della milza, per cagione che nello Autunno si moltiplica melancolia. Ne i tempi eccessiua mente caldi, ò freddi, non si dee l'huomo ordinariamente sanguinare. Ben sarebbe che l'huo mo prima che si sanguinasse prendesse vn'vouo da bere con vn bicchiere di vino puro, e buono peroche cosi facendo la natura meglio poi permetterà ch'esca il sangue, hauendo hauto l'equiualente, ò poco meno.

Dopò che l'huomo è sanguinato non deue per quattro, ò sei hore dormire per molte ragioni ch'essi fisici assegnano. Nè meno dee subito ire à mangiare, mà aspetti che gli humori commossi siano quietati, vn'hora, ò due. E si astenga dai latticinij, e dal souerchio bere, acciò indigesto non fusse attratto dalle vene vote. Guardisi ancora dal freddo, nè esca all'aere nugoloso, mà stiasi quieto, e riposato.

GRASSEZZA. Molte cose sono che in grassano il corpo humano, cioè il pane, il latte, il cascio fresco, l'voua da bere, i fichi ben maturi, l'vua, e in generale le cose dolci, e humide. Essendo che la grassezza significa eccesso di frigidità, e humidezza. Delle quali cose im pinguatiue s'è fauellato in particolare à i luoghi proprij.

ISOPO. Lo Isopo è vn'herba à cui tre effetti particolari attribuiscono i medici. Il primo che, essendo calda, e secca nel terzo grado, e molto astersiua, e consumatiua dell'humidità flegmatica: ella viene à essere purgatiua del petto dalla flegma. Il secondo che molto vale per purgare eziandio il polmone dall'istessa flegma, e massimamente s'ella si cuoce col mele, essendo il mele ancora astersiuo. Il terzo effetto è che genera buon colore nella faccia: e sciogliendo il ventre ne trahe fuori la flegma, e i vermi, & il vino della diccozzione dell'Isopo beuto, monda, e netta, secondo il Plateario, la matrice da i souerchi humori. Di questo semplice cantò il santo Profeta Dauitte nel salmo cinquantesimo dicendo.

,, *Se d'Isopo m'aspergi, ò pur mi tocchi*
,, *Con la tua acqua, più che neue bianco*
,, *Sarò, che queta in vn bel colle fiocchi.*

LATTE. Il Latte ageuolmente si corrompe, & in fumo, ò vero ventositadi si conuerte, quando ritroua lo stomaco immondo, quale per lo più è quello del febricitante di febre putrida: onde à questi tali non si dee dare. E similmente non conuiene à chi patisse dolore di testa. A i sani però è lodeuole, e d'vtile, se nello stomaco sia bene digerito: Imperoche laua l'intestine cō la suà aquosità, e le mon

da: ripugna à gli humori velenosi: humetta i membri: è di molto nutrimento: genera sangue buono: augumenta la carne: e tutto il corpo lodeuolmente rinfresca, chiarificando altresi, e facendo bella la pelle.

Si dee però auertire di berlo à digiuno, e caldo quando esce dalle mammelle il più che si può. Nè si dee pigliare altro cibo sopra, fino che non è digerito. Et dee l'huomo guardarsi poi che hà beuto il Latte, da souerchia fatica, e mouimento, non però stando omninamēte fermo, mà soauemente caminando fino attanto, che nel fondo dello stomaco sia disceso. A i corpi distemperati non conuiene il Latte. Ne i caldi presto si cangia in fumositadi, e colera: e nei corpi freddi si muta ageuolmente in acetositade, e putredine. Conuerrà dunque à i corpi ben temperati.

Quanto alla elezione, il Latte del Camelo per la sua troppa humidità non è atto à nutrire mà si bene scioglitiuo del corpo. Quello della vacca per la sua grossezza, & vntuosità, è opilatiuo delle vene, generatiuo di ventosità, e di più malageuole digestione che si conuenga al regimento della sanità. Il Latte della Capra non troppo distante dal parto, nè anco troppo propinqua, nutrita in buon pascoli, e nel tempo del migliore pascolare, conuiene à i sani, & à gli ethici, per esser temperato, e di mol

to

to nutrimènto. Mà più ancora è vtile à gli hauenti la febre ethica il Latte dell'Asina, peroche declina alla frigidità, & humidità, & è più sottile, e più presto penetra, e più tardi si rapiglia che il latte de gli altri animali bruti. Onde dopo il latte della donna, non si troua il migliore per sradicare la febre ethica di quello dell' Asina.

Dunque il Latte della donna succiato dalle proprie fonti è il migliore, e più conueneuole di tutti gli altri, peroche è più sottile, freddo, & humido, & alla complessione humana più simile, più velocemente penetra, più presto si smaltisce, e più nutrimento arreca. Mà si dee auertire quando si dà il Latte della donna à gli ethici, ch'ella sia più vicina al letto dell'infermo che si può, e subito ch'è premuto nel bicchiere gli si dee dare così caldo, acciò non sia dall'aere corrotto, ò sminuito della sua perfezzione. Sono nondimeno alcuni casi nei quali à gli ethici conuiene più il Latte acetoso, e butirato che quello della donna, ò dell'Asina.

Il primo è quando l'ethica è con soluzione del ventre. Il secondo quando ci è sosperto del rapigliamento del Latte nello stomaco, ò vero dell'ardore grande della febre, ò vero per che lo stomaco di sua natura è colerico, onde, & il Latte in colera ageuolmente verrà à conuertire. Il terzo è quando con l'ethica è con-

giunta la febre putrida, e maſſimamente quando nelle parti interiori non ſiano molte opilazioni: percioche il Latte acetoſo riſtringe il ventre, nè facilmente ſi conuerte in colera. Il quarto è ſe lo ſtomaco fuſſe ſordido, peroche all'hora il Latte ſi corrompe. Il quinto è quando l'ethico abominaſſe il Latte dolce, e integro, e non l'acetoſo, ò butirato.

In ſomma il Latte delle Camele, che hanno maſſimamene partorito di freſco, gioua grandemente all'hidropiſia, e à coloro che patono di dolore di fegato. Il latte vaccino, e di Pecora ſono più nutritiui, peroche ſono più graſſi, e groſſi de gli altri: quello della Capra è aſſai migliore: poi quello dell'Aſina, mà ſopra tutti il Latte humano, e donneſco.

LETIZIA. Deue l'huomo per conſeruarſi ſano ſtudiarſi di ſtare allegro più che egli può, percioche la Letizia fà l'età fiorita, e mantiene l'huomo giouane, conforta la virtù naturale, prolonga la vita, aguzza l'ingegno, e lo rende à tutte l'azzioni humane più habile. Mà ſi auertiſca che queſto gaudio, & allegrezza deue eſſere moderata, percioche l'èccoſſiua letizia induce molte volte ſincope, e la morte. Si può acquiſtare l'allegrezza, & augumentarla col cibarſi lautamente, e bere vini generoſi, e ſottili: col portare appreſſo di ſe ſoaui odori:

con

con lo alontanarſi da quelle coſe che ne potria no arrecare triſtezza, e maninconia: con la memoria di coſe gioconde, e con habitare, e conuerſare con perſone à noi care, e dilette, mà ſopra tutto con mantenerſi in grazia di Dio, e con pura conſcienza. I ſuoni altreſi, e canti muſicali ſono inſtromenti di letizia, e gioia, e ricriano aſſai l'animo, e tengono il cuore allegro.

LAVANDA DELLE MANI. Eſſendo le mani inſtromento di cui ſi ſerue l'huomo quaſi in tutte le ſue azzioni, e ſpecialmente in mõdare gli organi, per i quali eſcono ſuperfluità, come ſono l'orecchie, gli occhi, le nari, e la bocca, ſi deono mãtenere, mõde e pulite, e per conſeguenza è lodeuole coſtume lauarſele la mattina quando altri ſi leua, quando và à mangiare, e quando deue coſe ſacre toccare. E meglio farà lauandole in acqua fredda che calda, e maſſimamente dopò il cibo preſo: percioche lauandole all'hora nell'acqua calda, ſi tira il calore naturale alle parti eſterne, onde ſi fà la digeſtione imperfetta, e ſi cagionano per ciò vermi nel ventre. che poſcia ne recano moleſtia. Onde dice il teſto.

,, *Si fore vis ſanus, ablue ſæpe manus.*

LATTVGA. La Lattuga, secondo che si caua da maestro Arnaldo nell'opera sua particolare del modo del conseruare la sanità, peroche in questi comentarij non se ne tratta specialmente, e humida, e fredda. Mangiata cruda più altera, e manco nutrisce, & al contrario se si cuoce. Mitiga la sete, e l'ardore della colera, e del sangue: tempera gli humorì nella bollizione: moltiplica il latte alle donne: eccita l'appetito del cibo tolto dalla colera: mangiata in vn poco di vino non lascia vbriacare: reprimè la libidine: prouoca il sonno, & offusca il vedere. Si può mangiare nel principio della mensa, e nel fine dopo i cibi caldi, & acuti per rimouere la loro malizia.

Galeno già vecchio, narrano che per potere meglio dormire mangiaua la lattuga, mà acciò non gli nocesse con la sua friggidità contraria à i vecchi, ci mescolaua alcune cose calde.

MALVA. Tre sono le proprietà della Malua, la prima è che mollifica il ventre, onde di lei si fanno i cristieri lenitiui. Il secondo effetto della Malua si è che le radici sue facendosene supposizioni molto vagliono à estrarre le feci indurate. La terza proprietà, & effetto si è che per la molta sua humettazione, e lubrificazione, mangiata prouoca, & aiuta il flusso de mestrui. Di due maniere Malua si ritro

ua,

ua, vna che fà i fiori rossi, e l'altra bianchi, & in questa è maggiore virtù lenitiua. Le foglie della Malua con le foglie del Salcio trite, sono buone à tutti gl'impiastti: peroche non lasciano infiammare: fermano il sangue, & il succo loro instillato nell'orecchie lenisce, e mitiga il dolore: Dicotto, e beuto toglie la difficultà dell'vrinare, spezza le pietre, concilia il sonno, e concede ageuolezza nel parto.

Beuto col mele gioua al petto, e polmone: lenisce la voce rauca, sana i fegatosi: e conferiscè à coloro che patono di male caduco. Chiunque col sugo della malua saluatica, mescolato con olio, sara vnto, non sarà (dicono) punto dall'Api, nè dalle vespe. E chi fussè stato da quelle punto, con l'istesso sugo, ò vero foglie peste, e poste sopra la puntura, sarà come dicono sanato.

MENTA. Hauendo la Menta in se vn certo non so che d'amaro, & acerbo non dissimile dall'Assenzio, hà virtù particolare di occidere i vermi generati nell'huomo. E si dee percio dare la decozzione di lei, e non la sostanzia sua. Ma perche è molto calda, e secca, e per conseguenza abrusciante il sangue, non conuiene pigliarla per modo di cibo, mà solamente per via di medicina: conciosia ch'ella conforta lo stomaco, e lo riscalda, seda il sin-

ſinghiozzo, e prohibiſce il vomito flegmatico, e ſanguigno, e per cagione dell'humidità, & enfiagione che è in lei eccita Venere.

Conferiſce al morſo del cane rabioſo: e ſe ſminuzzata ſi pone nel latte, non lo laſcia rapigliare. Secca, e trita preſa dopo il cibo, aiuta la decozione di quello. Beuta col vino toglie la difficultà del parto. In ſomma ella è vtile allo ſtomaco, e ne i condimenti delle viuande la menta hà grazia particolare, eſſendo calida nel terzo grado, e ſecca nel ſecondo.

MOSTO. Tre dicono eſſer le proprietà del moſto. La prima che prouoca l'vrina, per cagione delle parti terreſtri mordenti che ſono in lui. La ſeconda che ſcioglie il ventre E la terza ch'è infiatiuo per il bollimento che fà nel ventre, onde naſcono ventoſitadi. E ſe pure alcuna volta ſi dice che impediſce l'vrina, ſi dee ciò intendere del moſto, che per le feci ſeco meſcolate, viene à eſſere opilatiuo.

NASTVRGIO. Tre effetti attribuiſcono all'herba detta Naſturgio, ò vero Creſcione. Il primo che beuendoſi il ſugo ſuo, ò vero vngendoſi con eſſo la cottenna del capo, ſi prohibiſce che i capelli non caſchino. Il ſecondo che ſana il dolore dei denti, maſſimamente quando prouiene da cauſa fredda: conciosia

che

che il Nasturgio sia incisiuo, risolutiuo, e calefattiuo nel terzo grado, quando è secco, e nel secondo quando è verde, & ancora in herba. Il terzo effetto si è che il sugo suo hà particolare virtù di curare le squamme accostantesi alla pelle, quando preso col mele s'vnge con esso il luogo doue è cotale infezzione generata di flegma salsa.

Purga per tanto il Nasturgio ogni flegma, e preso per bocca prohibisce la causa delle squāme, e di fuori stroppicciato, e vnto, toglie le già nate, e massimamente quando vien mescolato col mele, che augumenta la virtù sua astersiua. Oltre acciò il Nasturgio dissecca la putredine della vacuità del ventre, monda il polmone, conferisce all'asima per la sua incisione & assottigliazione. Riscalda lo stomaco, e il fegato, e gioua alla grossezza della milza, quando insieme col mele se ne fà impiastro: fà vomitare la colera; scioglie il ventre; educe i vermi, augumenta Venere, e prouoca i mestrui. Resiste à i veleni dei serpenti, e col fumo suo si scacciano. E come vogliono alcuni, sueglia, & augumenta la virtù dell'animo, onde coloro che lo frequentano, d'ingegno, e mente più pronti diuengono. Estenua il Nasturgio, incide, e risolue gli humori grossi, e cattarrosi: purga i nerui dalla flegma, e toglie la cagione della paralisia. Onde consigliano à vsarlo la quaresima

resima per causa dei cibi flegmatici che in detto tempo si mangiano. Il saluatico nasce ne i riui delle fonti con le foglie da prima tonde, mà poi diuise simigliantemente alla ruchetta: E nell'odore, e sapore al Nasturgio che si semina & è dimestico., s'assomiglia.

NESPOLA. Due sono l'vtilità della Nespola, la prima che moltiplica, e augumenta l'vrina, e la causa è che indurando le feci, ne caua l'aquosità. la seconda che ristringono il ventre per la loro acerbità, e stipicità, e questo s'intende quando non son mature, onde si deono dare à chi patisse di flusso. Mà le molli, e mature sono migliori peroche meglio nutriscono, e non ristringono tanto.

E si noti che non deono le Nespole prender si per modo di cibo per l'austerità del loro sapore, e durezza della sostanza: mà solamente per via di medicina. E si sogliono, acciò meno siano nocciue, colte che sono dall'albero riporre in qualche stanza, fino attanto che diuengano più molli, perdendo della loro acerbità, e stipicità, ò vero virtù ristringitiua.

NOCE. Le Noci moscade sono vtili alla natura humana, generano buono odore, confortano il vedere, il fegato, la milza, e lo stomaco, tolgono le lentigini della faccia, prouocano

no l'vrina, e fermano il flusso del corpo. Le Noci auellane sono enfiatiue, e generatiue di ventositadi, eccitano il vomito, e sono di tarda digestione. Le noci communi sono esse ancora di malageuole digestione, e cattiue per lo stomaco. E le secche sono peggiori delle fresche, peroche sono più vntuose, onde si conuertono in colera, inducono dolor di testa, turbano gli occhi, generano vertigini, prouocano il vomito, generano vesciche in bocca, & inducono la parilisia, ò vero balbuzie della lingua. Onde coloro che hanno lo stomaco colerico si deono guardare dalle noci secche: le quali quãto sono più antiche, tanto sono peggiori. Le fresche sono meno cattiue perche non sono tanto vntuose, onde non generano dolore di capo, nè vertigini, come le secche: e per conto della loro humidità sciolgono il ventre, e se alquanto s'arrostiscono, e mangiano dopo il cibo, lo vengono à comprimere, & aiutano la digestione. Le Noci con la Ruta, e Fichi prese, sono rimedio al veleno.

Mangiate in abondanza scacciano i lombrici, ò vero bachi larghi. Con la cipolla, sale, e mele, giouano al morso dell'huomo, e del cane, fauellando delle secche: delle quali eziandi si caua l'olio. Dopo i pesci, in vece di cascio si deono mangiare le noci: peroche con la loro siccità impediscono la generazione della

fleg-

flegma, che dalla comestione de i pesci si suole cagionare: e quindi è che la Quaresima molto si frequentano.

Per le tre noci, nella regola quarantesima de versi, intende l'autore la noce moscada, la noce auellana, e la noce della balestra.

OCCHI. Molte sono le cose che nuocono à gli occhi. La prima delle quali è la stufa, ò vero bagno, offendendo il caldo la loro complessione che naturalmente è fredda della natura dell'acqua: e disseccãdo, e risoluẽdo l'humidità sottili de gli occhi, per le quali gli spiriti visiui, che sono quasi di fuoco, vengono à risocillarsi, e temperarsi. E per questa cagione molti ciechi si ritrouano intorno al fiume Rheno, doue communemente si frequentano i bagni, e le stufe. Si come eziandio nelle parti d'Ollandia si ritrouano assai lebbrosi, e più che in altre regioni per lo indebito reggimento di sanità che vsano.
La seconda cosa che nuoce à gli occhi si è il vino immoderatamente beuto, riempiendo il capo di fumi, e vapori, e per ciò debilitando la virtù visiua. La terza si è la lussuria, laquale dissecca le parti superiori, sottraendone l'humido aquoso sottile, in cui si sostenta la natura, e complessione degli occhi. La quarta è il vento, e massimamente meridionale inducendo ca-

ligine

ligine, & oſcurità ne gli occhi, e riempiendo il capo d'humidità offuſcanti i ſenſi, e gli ſpiriti. La quinta ſi è il pepe per la ſua acutezza generando fumi noceuoli à gli occhi. La ſeſta ſono gli Agli, che nuocono per la loro acutezza, e vaporoſità. La ſettima è il fumo per la ſua diſſeccazione, & mordacità. L'Ottaua coſa noceuole à gli occhi ſono i porri, da cui ſi generano fumi groſſi meloncolici, aombranti il vedere. La nona ſono le cipolle per la loro acutezza. La decima ſono le lenti per la loro grande diſſeccazione. L'vndecima è il pianto ſouerchio, che viene à debilitare la virtù viſiua. La duodecima ſono le faue che generano, come i porri, fumi groſſi melancolici ottenebranti gli ſpiriti viſiui: le quali faue altre ſi mangiate inducono ſogni terribili.

La trediceſima ſi è la ſenapa, che per la ſua acutezza indeboliſce la viſta. La quartadecima ſi è l'aſpetto del ſole, peroche l'eccellente ſenſibile corrompe il ſenſo. La quintadecima è il fuoco il cui aſpetto cagiona ſiccità ne gli occhi, e coſi offende il vedere, & eziandio per la ſua chiarezza. Onde veggiamo che i fabri, e i fornacciari, & altri che continoamente ſtanno intorno al fuoco, hanno debole viſta. La ſediceſima è la ſouerchia fatica, che troppo diſſecca. La dicciaſetteſima ſi è la poluere, ò vero il caminare per luoghi poluéroſi.

La

La decima ottaua ſono le percoſſe della teſta, che fanno concorrere ſangue, & humori all'organo viſiuo. La decima nona è il ſouerchio vſo di cibi acuti, come ſalſamenti, che generarano fumi acuti noceuoli. La Vigeſima, e d'vltima coſa che nuoce à gl'occhi ſono le ſouerchie vigilie, le quali inducono troppa ſiccità ne gli occhi. Et in generale ogni replezione, & ebrietà offende la viſta. Si come per oppoſto il vomito le conferiſce aſſai purgando lo ſtomaco dai cattiui humori: benche da altra banda le nuoce commouendo le materie del ceruello verſo la parte viſiua. Se dunque ſia neceſſario il vomito, dopo il cibo ſarà conueneuole. Il ſoperchio ſonno altreſi nuoce al vedere: & il dormire ſubito dopo il mangiare. Il frequente ſanguinarſi ancora ſminuiſce la virtu viſiua.

Molte coſe ſono per oppoſto che giouano alla viſta come l'acqua del finocchio, ò vero ſugo ſuo che l'acuiſſe. L'acqua roſa che confortando gli ſpiriti animali, conforta eziandio il vedere: l'herba celidonia hauente ſugo cedrino, coſi detta quaſi che celeſti doni n'apporti: e la ruta ſtillata.

Conferiſce ancora aſſai al mantenimento della viſta lauarſi gli occhi la mattina, quando altri s'è leuato, con l'acqua freſca: conciosia che eſſendo gli occhi di natura fredda, amano conſer-

ſer-

seruarsi con cose à se somiglianti, e per ciò meglio si mondano, e purgano nell'acqua fredda, che nella calda.

OVA Frà i cibi che in poca quantità nutriscono assai, annouera Auicenna L'voua fresche, Le quali sono in molte differenze, mà quelle delle galline, perdici, e fagiane giouani, e grasse auanzano tutte l'altre in bontà, e sono accomodatissime à mantenere la sanità. Mà quelle dell'Anitre, Oche, Pauoni, e altri somiglianti animali, sono men buone assai. Nella figura ancora si può discernere, e conoscere la bontà loro. Imperoche l'Vuoua piccoline longhette, e candide sono migliori di tutte, & il sugo loro più sostanzieuole, onde si legge questo distico.

,, *Regula Præsbyteri iubet hoc pro lege teneri,*
,, *Quod bona sint Oua, candida, longa, noua.*

Et Horazio Poeta nel secondo libro dei sermoni, Satira quarta stima che l'voua longhe siano di più grato sapore dicendo.

,, *Longa quibus facies ouis erit, illa memento,*
,, *Et succi melioris, & vt magis alba rotundis,*
,, *Ponere.*

E ben dice che l'voua candide sono migliori: Onde si vede che quelle dell'Anitre, e dell'Oche sono più tosto pallide che bianche, e perciò men buone, e poco in vso.

E benche l'Voua per loro stesse siano saluteuoli, nondimeno per la diuersità della cocitura non poco vengono à variare nella bontà, e tal hora diuengono di saluteuoli insalubri, e poco sane. Di tre maniere adunque ne pongono nel primo luogo, cioè tremule, da bere, e sode. Le prime sono di tutte prestantissime, di assai nutrimento, & ottimo sugo, facilmente si digeriscono, e distribuiscono alle parti corporee, e generano sangue al cuore molto conueniente. La onde si deono dare à i conualescenti, che sono ancora deboli per l'infermità, e à i vecchi, e massimamente il torlo, ò vero rosso. Generano sangue sottile, e chiaro, e dopo la transmutazione poco di superfluità lasciano.

Tremule adimandano quelle Voua, che per la decozzione sono alquanto inspessate, e rapprese, cioè mezzane frà le dure, e da bere. L'Voua da bere son meno delle tremule nutritiue, mà più facilmente si digeriscono: leniscono l'asprezza delle fauci cagionata dal souerchio gridare, ò vero dall'acrimonia de gli humori: giouano al polmone, al petto, e rendono il ventre lubrico. L'Voua dure, ò vero sode sono difficili à digerirsi, tardi discendono dallo stomaco, e tardi penetrano · e grosso nutrimento al corpo donano. Si dee oltre acciò notare che secondo che variamente sono preparate acquistano l'Voua bontà, ò malizia.

Im-

Imperoche, ò ſi aroſtiſcono, ò ſi cuocono leſſe. In due modi ſi poſſono aroſtire, ò rotte nella padella, ò tegame, ò vero col guſcio nelle ceneri calde. Se rotte, ò ſi aroſtiſcono nell'olio, ò nel butiro, ò vero ſtrutto: Se col guſcio, ò ſi cuoprono tutte ſotto la cenere calda, ò vero ſopra la braſcie ſtanno diſcoperte per la maggior parte.

Se ſi fanno leſſe, in due modi può accadere, ò col guſcio, come l'Voua da bere: ò ſenza guſcio come l'Voua affogate. Stanti queſte diſtinzioni ſi dice, che l'Voua aroſtite ſono più groſſe delle leſſe, più dure à digerire, generano cattiui humori, inducono fumoſità, e corrozzione nello ſtomaco, e fanno faſtidio, e nauſea. Trà queſte peggiori ſono le fritte nell'olio, manco cattiue le fritte in butiro, ò ſtrutto. E delle aroſtite col guſcio meno ſane ſono quelle, che tutte ſi coprono ſotto le ceneri, peroche circondate da ogni banda dal fuoco, non poſſono mandar fuori le loro fumoſità, come quelle che ſono i tre quarti ſcoperte.

L'voua poſcia leſſate ſono del l'aroſtite migliori, peroche il fuoco non diſſecca la loro ſoſtanziale humidità, come in quelle, concioſia che l'acqua reſiſta al calore del fuoco. Vero è che tra le leſſate peggiori ſono quelle che col guſcio ſi leſſano, non potendo per ciò le loro fumoſitadi eſſalare: e migliori ſono aſſoluta-

mēte quelle che nell'acqua ſenza guſcio vengo no preparate, perche il calore dell'acqua tēperata penetra, & aſſottigla la groſſezza loro, e gli toglie la inſoauità dell'odore. Onde queſte, cioè l'Voua affogate, cioè cotte nell'acqua mediocramente calda ſenza guſcio, ſono le più lodeuoli, e le più ſane che ſi mangino. Le cotte poſcia nel brodo ſono di mezzana bontà fra l'aroſtite, e leſſe.

E ſi noti che ſi come l'Voua freſche ſono ottime, coſi le ſtantie, & inuecchiate ſono peſſime. Ancora queſto notando faremo ſine, cioè che il torlo, ò vero roſſo dell'Vouo è di temperata calidità. Mà l'albume è freddo, viſcoſo, di dura digeſtione: & il ſangue che genera non è buono. Inſegnano ancora à conſeruare l'voua, la Inuernata nella paglia, e la State nella ſemola, ò vero cruſca. L'Voua finalmente piene dalle ſceme conoſcerai mettendole (dicono) nell'acqua. Imperoche il diffettuoſo, e ſcemo noterà ſtando à galla ſopra l'acqua; & il pieno ſi ſomergerà, & andrà ſotto, e al fondo.

PANE. Circa l'elezione del Pane due coſe ſi deono, potendoſi, ſchiffare, l'vna di non lo mangiare caldo, cioè di poco eſtratto del forno: e l'altra di vedere che non ſia troppo duro e muffato: percioche il pan caldo è nociuo alla compleſſione humana, genera ſete per la ſua ca

lidità

lidità, e per l'humidezza ſua vaporoſa, nuota nello ſtomaco; onde è di veloce digeſtione, e tardà diſcenſione: e per conſequenza non molto conuiene nel reggimento della ſanità cibarſene. Vero è che l'odore del pan caldo è molto lodato, conciosia che conferiſce à i ſincopizanti, e dicono eſſere poſſibile che alcuni di quello viuano: come di Democrito narra Diogene, Laerzio, che tre dì fù mantenuto viuo dall'odore del pan caldo nella ſolennità di Cerere. Si dee anco ſchiffare il pan toſto, ò vero duro, percioche troppo diſſecca il corpo, e genera humori melancolici. Il pane adunque d'vn dì ſarà conueneuole, ilquale non è nè caldo, nè duro: La onde ſi ſuole per prouerbio dire.

,, *Pane d'vn giorno, e vino d'vn'anno.*

Cinque condizioni appreſſo ſi pongono dai Fiſici le quali deue hauere il pane eletto. La prima che ſia ben fermentato, imperoche doue e poco fermento, ſe bene nutriſce aſſai, è però opilatiuo, e genera pietre nelle reni. A coloro nondimeno che ſono di molto eſſercizio meno nuoce. La ſeconda condizione del pane ſi è che egli ſia oculato, cioè raro, poroſo, e di poco peſo, lo che darà ſegno che ogni viſcoſità da quello è leuata. Nutriſce però poco ſecondo Auicenna, cotal pane, e riempie il ventre di eſcrementi.

La terza condizione si è ch'egli sia sufficientemēte cotto, essendo che il mal cotto è di cattiua digestione, onde graua lo stomaco, & arreca pericolo d'ostruzzioni, ò vero opilazioni. E di questa maniera è ancora il pane cotto nella padella, percioche le parti interne mai si cuocono bene, massimamente se fia grosso. La quarta condizione si è ch'egli deue essere temperatamente salato, conciosia che il troppo dolce è opilatiuo, & il souerchiamente salato è troppo disseccatiuo. Non s'vsa però in ogni luogo d'insalarlo, mà basta che siano gli altri cibi che col pane si mangiano insalati essi temperatamente. La quinta condizione si è ch'egli sia fatto d'ottimo grano, e di sana mietitura raccolto, cioè non viziata dalla moltitudine delle pioggie, ò altri sinistri temporali.

Sottogiungono finalmente questo documento intorno all'elezione del pane, e ne auisano come la crosta, ò vero corteccia di quello, essendo essa adusta, e secca, adusto parimente humore colerico genera, e secco cioè melancolico La onde ben fanno i nobili, per natura inchinati alla colera, à far leuare dal pane l'vna, e l'altra corteccia, con leggieri, e frequenti colpi di coltello percotendola. Nondimeno à gli hauenti lo stomaco humido, ò volenti smagrare, le croste del pane sono molto conueneuoli. Mà assolutamente fauellando si dee eleggere

la

la midolla del pane, percioche migliore, più fermo, e più veloce alimento ne dona. Non è altresi da passare con silenzio che maggiore parte di pane si dee pigliare in comparazione à i pesci, all'herbe, & à i pomi più humidi, che in comparazione alla carne, e all'Voua: e maggiore ancora per rispetto alla carne, che all'voua: e più copiosa finalmente con l'Voua molli, che con le dure.

Si dee ancora notare che il pane quanto è più bianco, e meglio purgato dalla semola, ò vero crusca, tanto maggiore, e più puro nutrimento nè areca. Ma quello che poco è purgato dalla semola, onde più negro apparisce, è meno nutritiuo, mà più ageuolmente si smaltisce, e manda fuori per seccesso. Dirò ancora questo del pane, che quella proposizione volgata, ogni replezione è cattiua, mà quella del pane è pessima.

,, *Omnis repletio mala, panis autem pessima.*

E cauata d'Auicenna 3. 1. doct. 2. capite. 7. E la ragione è questa che il pane se non si smaltisce, lo che auuiene quando l'huomo se n'empie souerchiamente, egli risiede nello stomaco con peso molesto, e quindi poscia sdrucciolando nuoce al fegato, e alle vene. Mà la carne hauendo maggiore similitudine con la complessione humana, meno impedimento le areca con la sua replezione, riceuendo le mem-

bra più soauemente il sugo, e la sostanza della carne, come più conforme, di quella del pane.

PERSICA. Le Persiche, così dette peroche di Persia (come dicono) furono quà in Italia portate, sono frigide nel primo grado, & humide nel secondo. Mangiate nel principio della mensa, auanti à gli altri cibi, sono buone allo stomaco, prouocano l'appetito, e sciolgono il ventre. E questo si dee intendere, se siano mature: peroche quando fussero acerbe ristringerebbono, e molto più quando si mangiassero secche. Mà prese nel fine della mensa, e dopo mangiare, si corrompono facilmente, e insieme ancora gli altri cibi, soprano tando loro, corrompono, e guastano, e per conseguenza nuocono alla sanità.

Si deono oltre accio mangiare le Persiche col mosto, ò altro vino potente, acciò con la caldezza sua venga à contemperare la molta frigidità loro. Et alcuni sono che prima che le mangino le mondano, e lasciano stare per buona pezza nel vino puro. La decozzione fatta di Persiche secche ferma il flusso del ventre & il vomito dello stomaco. Generano le Persiche la flegma, sono di malageuole digestione, prestissimo nel ventricolo dello stomaco, si corrompono, onde coloro che à sazieta le frequentano incorrono nelle febri, e offendono i nerui

per

per certa loro proprietà. Il ſugo delle foglie del Perſico preſo occide i vermi del ventre: e l'iſteſſo effetto cagiona, ſe con le foglie all'vmbilico ſi pone. Si dee auertire di non bere in modo alcuno acqua ſopra le Perſiche. Nè meno ſi deono dare à gli infermi.

PERA. Perche le Pere ſono generatiue di ventoſità, inducono dolori colici, e riempiono il ſangue d'acquoſitadi, ſi dee bere ſopra di loro vin buono, e potente, eſpulſiuo delle ventoſità, e dell'acquoſitadi conſumatiuo. Anzi non ſi doueriano molto vſare ſe non cotte: percioche crude ſono come veleno, mangiate in quantità, conciosia che fanno ribollizione d'humori, flegma, e ſcabbia. Mà ſe ſi cuocono con finocchio, anici, e zucchero, e ſi mangiano nel fine della menſa dopò gli altri cibi, rileuano lo ſtomaco grauato, & aiutano la digeſtione. Più lodeuoli ſono l'odorifere, e dolci. E trà queſte le cotte ſono ſempre delle crude migliori.

Frà tutti gli altri pomi hanno ſpeciale virtù le Pere d'ingraſſare. Onde quegli animali, delle cui carni non mangiano i Giudei, più s'ingraſſano cibandoſi d'eſſe, che di qual ſi voglia altra coſa. Le moſcadelle per tanto potrai coſi crude mangiare, moderatamente però. Le cottogne ſolamente cotte con ſapa, e zucchero

come

come di ſopra s'è detto. L'altre ſe crude in pochiſsima quantità, beuendoci ſopra il vino, mà meglio ſarà vſarle cotte, e nel fine ſempre della menſa, dopò gli altri cibi.

PESCE. I Peſci ſono di minore nutrimento, e di più facile digeſtione che la carne, ſono di natura freddi, e humidi. Quei di mare ſono migliori nel reggimento della ſanità di quelli dell'acque dolci, eſſendo che il nutrimento loro è manco ſuperfluo, e più propinquo alla natura del e carni. Sono nondimeno i peſci del mare di più dura carne, onde meno digeſtibili. E per ciò à i malati conferiſcono più i peſci dell'acque dolci per la debolezza della virtù digeſtiua ch'è in loro. Dei peſci, tanto di mare, quanto di fiume, ò laghi ſi deono eleggere quelli, la cui carne è bianca, non viſcoſa, frangibile, ſottile, di ſoaue odore, di buon colore, non di veloce putrefazione, mà di dureuole compleſſione, e l'habitazioni dei quali non è in laghi, ſtagni, ò luoghi ſordidi, come ſono pantani, & acque hauenti herbe cattiue. E ſi deono eleggere nè troppo giouani, nè troppo vecchi, mà che ſiano di veloce moto, di poca viſcoſità, e d'età mediocre.

E ſe ſono peſci marini, tanto ſaranno migliori preſi nei fiumi, quanto più ſaranno lungi dal mare partiti. E quelli che ſono più ſquamoſi

ſo-

ſono eziandio migliori. E coſi quelli che hanno più ſpine, conciosia che le ſpine, e le ſquame conſeruano la purità della ſoſtanza del peſce. E quelli ſono eziandio migliori, e più puri, che ſono nutriti, e preſi nel più prefondo mare, e più agitato dalle procelle, & à cui è il concorſo di più fiumi. La onde i peſci preſi nel mare ſettentrionale ch'è più procelloſo, e di più veloce fluſſo, e rifluſſo, ſono migliori de i peſci che nel mar morto, ò meridionale, ſi prendono. Il medeſimo ſi dice dei peſci dell'acque dolci, che quanto ſaranno più veloci, e profonde l'acque, tanto i peſci in quelle nutriti, e preſi ſaranno migliori.

Et eſſendo l'altre coſe vguali, migliori ſono i peſci dell'acque, e fiumi petroſi, e correnti, verſo ſettentrione, & à i quali non concorrono l'immondezze delle città, che dei fiumi hauenti l'oppoſte condizioni. E ſi dee guardare chiunque deſidera conſeruare la ſanità, di non mangiare nell'iſteſſo pranzo, ò cena, peſci, e carni: nè peſci, e latticinij: e per conſequenza ne peſci, e voua. Nè meno peſci dopò altri cibi. De i peſci di dura carne ſi deono eleggere i più giouani: e di quelli che ſono molli di carne, i più vecchi, e maggiori, fino à certo termine. Imperoche con la diuerſità dell'età ſi viene à contemperare, ò la durezza che reſiſte alla digeſtione, ò la mollezza che ageuolmen-

mente si corrompe. In somma pongano, & anouerano dieci sorte di pesci eligibili per nutrimento della natura humana.

Il primo dei quali è il Luccio, pesce notissimo di dura carne, e veloce natato, mà d'ottimo sugo, e nutrimento: il quale non solamente fà preda dei pesci d'altre specii, mà anco è diuoratore de gli istessi Lucci minori, meno potenti, perciò dal volgo tiranno è adimandato de gli altri pesci, onde'il verso dice.

,, *Luccius est piscis, rex atq; tyrannus aquarum.*

Il secondo è la Parca pesce delicatissimo così detto peroche à niuno perdona, anzi adirato ferisce tutti i meno potenti con le squamme, di cui porta armato il dorso, nè il Luccio hà ardimento d'afrontarlo: anzi come narra Alberto nel libro delle nature de gli animali, trà il Luccio, e la Parca è naturale amicizia, onde quando è ferito da altri pesci il Luccio cerca la Parca, & ella toccandogli la ferita, e leccandola lo sana. E la Parca di dura carne, di facile però digestione, & al gusto di sapor grato; saluteuole à i corpi humani generando sangue mezzano, cioè nè molto tenue, nè aquoso, nè anco souerchiamente grosso, onde sempre è stata in prezzo, e di lei cantò Ausonio poeta.

,, *Nec te delitias mensarum, Parca, silebo.*

Il terzo è la Solea, saxatile detto dall'autore, della Scuola, il quale Saxat. è di soaue sapo-

re

re di carne duretta, e salda, di copia d'alimento, e di sugo buono, e frà i pesci marini molto sana.

Il quarto pesce è detto Albica, peroche hà la carne molle, humida, e candida. Et è del numero di quei pesci che s'insalano, ò si seccano al fumo, ò all'aere.

Il quinto è la Tinca, di pelle sdrucciolante, viscosa, e pendente nel negro, e di carne dura. Onde da questi tre pesci, cioè Luccio, Parca, e Tinca, si suole cotti che sono toglier via la pelle. Ausonio poeta la chiama solazzo del volgo, percioche solamente nel tempo suo si apponeua alle mense dei poueri, essendo pesce lo toso, e di molto escremento.

Il sesto è detto Corno, ò vero Sorno pesce marino bianco, che non eccede in longhezza il dito mezzano delle mani, e si mangia insieme col capo, e con le spine.

Il settimo chiamano Plagizia simile in figura al Rhombo, à cui biancheggia il corpo, & il dorso, è di colore terreno, e da i lattini perciò ancora è detto Passere.

L'ottauo pesce eligibile è la Carpa, ò vero Carpione, che si genera nei fiumi, squammoso, e viscoso assai. Onde si suole da i grandi huomini fare cuocere nel vino, e cosi gli tolgono là tanta sua viscosità.

Il nono è il Galbione, pesce marino da i latini

tini detto Raia, di ſottil corpo, & ampie ali, con la coda ſpinoſa, di dura carne, e à digerirſi difficile, mà imperò è di fermo, e ſano alimento.

Il decimo è la Trota di tutti i peſci dell'acque dolci, per commune conſenſo di tutte le genti, nobiliſſimo. Hà la pelle varia, e di alcune macchie, ò quaſi gocciole il dorſo vagamente dipinto. La carne interna è roſſa, di ſoauiſſimo ſapore, è guſto, & al corpo humano di saluteuole cibo. Se ne fanno paſticci con ſpecie aromatiche, & è in ſomma vn peſce molto precioſo, e di gran ſtima appreſſo i principi, e ſignori. Et è da notare la marauiglioſa proprietà di queſto peſce che nell'acqua ſi laſcia toccare, liſciare, e quaſi ſollетticare da i peſcatori, riuoltandoſi in giro, tanto che eglino afferrandolo nell'apertura dell'orecchie lo prendono, e buttano alla riua.

Coi peſci tanto più caldi, & acuti condimenti, cioè ſalſa, ò ſauore, ò intingolo, ſi deono vſare, quanto ſaranno di più groſſa, & eſcrementoſa carne, e di più humida natura. Dopo i peſci ſi dee auertire di mangiare in vece di caſcio le noci, peroche con la calidità, e ſiccità loro verranno à conſumare la flegma dalla commeſtione dei peſci nello ſtomaco cagionata. E perche alcuna volta ancora i peſci potrebbono apportare ſeco alcuna ſorta di veleno, e le noci ſono buono antidoto contro di loro, però

rò ben dice il verſo della Scuola noſtra Salernitana.

,, *Poſt piſces nux ſit, poſt carnes caſeus adſit.*

PISELLI. I Piſelli ſono lodeuoli quando ſi mangiano ſcortecciati: biaſimeuoli quando con la pelle, e corteccia l'huomo ſe ne ciba. Conciosia che la midolla ſia laſſatiua, e la ſcorza riſtringitiua, onde mangiandoſi interi ſi cagiona nello ſtomaco, è ventre, contraſto trà loro, e ne viene tormento, & inflazioni. E queſta verità hà luogo nō ſolamēte ne i Piſelli mà eziandio in tutti i legumi, e ciuaie, come ſono fagioli, e lenti, e ſpecialmente le faue, e i ceci negri, che hanno più dura corteccia. Si dee anco notare che i legumi freſchi hanno manco ſcorza, & in loro è meno diuerſità frà la corteccia, e il midollo, onde più facilmente ſi digeriſcono. Mà hanno però più ſuperfluità, e ſono di più ageuole corrozzione, onde meno conuengono à i corpi ſani.

Sono adunque più ſani i legumi freſchi de i ſecchi non ſcortecciati: mà meno ſani de i ſecchi della pelle loro dinudati. Si dee oltre acciò notare che eſſendo la ſoſtanza di tutti i legumi enfiatiua, e di difficile digeſtione, e cattiuo nutrimento, non conuengono molto nel reggimento della ſanità. Mà il brodo, e dicozzione loro, eſſendo laſſatiua del ventre, dell'vri-

na

na prouocatiua, e disopilatiua delle vene, assai conuiene alla complessione humana; nei tempi massimamente che vsa cibi grossi, & opilatiui, come nel tempo di digiuni: percioche in detto brodo non è enfiazione, nè difficultà di digestione, nè malizia di nutrimento.

Acciò che i legumi siano più accommodati al cibo humano, e meglio nutriscano, perdendo il loro grosso, e cattiuo succo, si deono in questa maniera preparare, e cuocere. Infondansi la sera auanti in acqua feruente, e prima con le mani vn buon pochetto si stroppiccino acciò dalla scorza si vengano à mondare; dipoi si lascino tutta la notte in quella istessa acqua, à temperarsi con la macerazione: e la mattina seguente con due, ò tre ebollizioni fino al consumamento della terza, ò vero quarta parte dell'acqua perfettamente si cuoceranno. E se l'acqua sara pluuiale, cioè di cisterna, più presto si cuoceranno, e saranno altresi più molli. Fatta finalmente la dicozzione si coli, e si serbi & auicinandosi l'hora del desinare si apparecchi con cinamomo, e croco, e con vn poco di vino, e facendola vn pochetto bollire si schiumi, e poi si mangi così preparata. E si dee notare che il brodo dei ceci, e piselli bianchi, come eziandio la lor sostanzia, è molto migliore, e più accommodato alla complessione humana di quello de i rossi, ò altri colori.

POMI. Generalmente fauellando, tutti i pomi freſchi, non cotti, riempiono il ſangue d'acquoſità, laquale poſcia bollendo nel corpo apparechia il ſangue alla putrefazzione. Le mele in particolare ſe ſono frequentate, e maſſimamente acerbe, cagionano dolori di nerui, e generano pietre. Mature nondimeno, e con moderanza guſtate ſono vtili al mancamento dell'animo, e debolezza del cuore, e ſpecialmente le dolci, eſſendo di mediocre, temperamento, e inchinando alla calidità. I febricitanti nondimeno, e gli infermi ſe ne deuono aſtenere.

PEPE. Di tre maniere di Pepe pongono gli ſcrittori, longo, negro, e bianco: benche alcuni pare che vogliano che il longo, e il bianco ſiano l'iſteſſo. Tre adunque ſono le proprietà del Pepe negro, per incōminciare da lui, la prima che per eſſer caldo, e ſecco nel quarto grado, diſſipa, e ſcaccia gli humori groſſi, freddi, e ventoſi: La ſeconda che purga la flegma che nel polmone, nel petto, e ne gli inteſtini giace aſſottigliandola, e cocendola: La terza che aiuta la digeſtione, genera appetito di cibo e concilia il ſonno: E queſto effetto meglio an cora vogliano che cagioni il Pepe longo.

Cinque poi ſono l'vtilità che ne areca il Pepe bianco: La prima che conforta lo ſtomaco:

la ſeconda che guariſce la toſſe, cagionata maſſimamente di materia fredda flegmatica, riſcaldandola diſciogliendola, e tagliandola. La terza che conferiſce à i dolori dello ſtomaco, e ventoſità del ventre maſſimamente preſo con mele, e foglie di lauro verdi.

La quarta vtilità del Pepe bianco ſi è che preſo auanti che deuano venire le febri, diuertiſce la loro venuta, ò almeno le fà mãco acerbe quãdo maſſimamente ſono fredde, ſcaldando diſſipando, e ſcacciando la loro materia. La quinta ſi è che egli gioua al rigore della febre, con la ſua calidità confortando i nerui: e conſumando la materia ſopra di loro ſparſa. E queſte cinque vtilità, e giouamenti poſſono eziandio conuenire all'altre ſorte di Pepe.

Oltre à queſte vtilità, riſcalda il Pepe i nerui monda il polmone, preſo in poca quantità prouoca l'vrina: In maggiore quantità ſcioglie il ventre. Bianco ſi adimanda quello che è verde: longo quello che è mezzo ſecco: e negro quello che è perfettamente maturo.

PORRO. Due ſono l'vtilità del Porro la prima che aſſai conferiſce alla fecondità delle donne, & aiuta che non facciano aborto. Quanto alla fecondità gioua per modo di cibo aprendo i meati, & anco per modo d'empiaſtro cocendo il capo del porro nell'aceto, & ac-

qua marina. Prohibisce poscia l'aborto ponendosi le foglie del porro sopra i luoghi, che per troppo humore essendo fluidi, non possono rittenere il feto concetto, & il sugo altresi del porro con latte donnesco ferma il flusso dall'aborto cagionato. La seconda vtilità del porro si è che stagna il sangue del naso, prendendo il sugo suo con aceto, & incenso, ò vero manna, ò galla, ò menta: e la causa di questo è peroche il porro ha certa virtù di stringere

PVLEGGIO. Due sono gli effetti principali del Puleggio, il primo è che il sugo suo beuto col vino purga la colera negra: Il secōdo che sana la podagra antica, i grossi, e viscosi humori, onde ella si cagiona, riscaldando, cocendo, e dissoluendo, conciosia che egli sia caldo, e secco nel terzo grado, & habbia la sostanza sua molto sottile. Hà altresi il Puleggio virtù confortatiua per la sua aromaticità, apritiua per la sua sostanza, e qualità, attractiua per la natura sua quasi ignea: e consumatiua per il suo calore, e siccità.

Beuto manda fuori i mestrui, le seconde, e i parti. Mescolato con mele, & aloe sana i vieij del polmone: leua i dolori del capo, e con l'odore suo acuto lo difende dall'ingiurie del freddo, caldo, e sete. Beuto nel vino è vtilissimo contra i morsi dei serpenti. Posto alle

nari con aceto ricria i mancanti d'animo. Secco, & abrusciato, e trito in poluere conferma, e consolida le gingiue, e molte altre virtù gli sono attribuite da Dioscoride, Plinio, e Galeno

RAPA. Tre sono l'vtilità della Rapa massimamente cotta cõ buone carni: La prima che aiuta lo stomaco, essendo di facile digestione, e non lo grauando: La seconda che è prouocatiua del vento: La terza ch'ecita l'vrina, & ha oltre acciò virtù di confortare la vista. Dall'altra banda ella nuoce à i denti, e frequentata cagiona dolori di corpo per le ventosità che ella moltiplica, onde il verso.

,, *Ventum sæpe rapis, si tu vis viuere Rapis.*

Genera altresi humori grossi, e malencolici, & ostruzzioni di fegato. Ricercano lunga decozzione le rape, e quelle sono migliori, le quali buttata via la prima acqua, si cuocono due volte. Frà tutte le radici che si cauano della terra, la rapa è la più conueneuole alla nutrizzione humana: Lo che si dimostra dal l'amicheuole sapore che hà dolce. Onde è regola generale appresso i medici che tutti gli alimenti amari, e pungitiui, meno nutrimento arrecano al corpo, e i dolci più.

Le cime delle rape cotte, se si mangiano, prouocano l'vrina. Il seme delle Rape trito, & in gran copia preso, eccita venere. Non si

deo

deono in ſomma mangiare crude, e cotte ancora poche volte, potendoſi hauere altro. Fabrizio nondimeno che nell'iſteſſo tempo à Pirro, & à i Sanniti facea guerra, fù trouato da gli ambaſciadori de i Sanniti che veniuano à preſentarlo, che mangiaua Rape aroſtite, onde ſorridendo, Ex cęna, inquit, mea cognoſcitis me nullius auro, vel pecuniis indigere.

RAVANI. Sono buoni contra il veleno, peroche facendo vomitare quando ſi pigliano nel principio vengono à purgare lo ſtomaco dai cattiui humori, e per conſeguenza dal veleno preſo. Auicenna dice che conferiſcono al morſo della vipera: e col vino al morſo della cornuta. Et il ſeme de Rauani è contro il veleno, e vermi veleno ſi. E ſe ſi pone il frutto ſopra il ſcorpione ſi muore. E l'acqua di quello ſi è eſperimentata in queſto, & è più forte. E ſe lo ſcorpione morderà vno che habbia mangiato quel dì de Rauani (dicono) che non gli nuocerà.

Giouano ancora al veleno dei funghi mortiferi. Et ſi dee vltimamente ſapere che il Rauano, e la Radice per eſſere molto propinqui, e ſomiglianti in compleſſione, e natura, ſi pigliano da alcuni per l'iſteſſa coſa, e ſe gli attribuiſcono i medeſimi effetti. E ſono da fuggirſi dalle compleſſioni coleriche. Doue anco dirò il

volgato prouerbio della radice, cioè, che nel principio della mensa è come veleno, nel mezzo cibo, e nel fine medicina.

RVTA. Quattro effetti assegnano alla Ruta, Il primo è che acuisce il vedere: Il secondo che sminuisce il desiderio di Venere: Il terzo che per la sua calidità, e siccità assottigliando gli spiriti chiarifica l'ingegno, onde fà l'homo solerte in ritrouare il mezzo in qualche causa sottile: Il quarto che aspergendosi la casa con la decozzione della Ruta per l'acrimonia sua, e graue odore, si muoiono, ò si dileguano tutte le pulci.

Quanto al primo effetto, si dee pigliare la Ruta cruda con vn poco di sale, e mangiandola, per modo marauiglioso si affinerà la vista: la onde narrano che gli scultori, e pittori antichi questo cibo medicinale molto frequentauano. Quanto al secondo egli ha verità negli huomini, il cui seme essendo sottile, & aereo, viene dalla calidità, e siccità della Ruta à sminuirsi, & indebolirsi, e per conseguenza si sminuisce ancora, e si toglie l'appetito Venereo. Mà nelle donne la Ruta mangiata fà contrario effetto. Imperoche essendo il seme donnesco aquoso, e freddo, lo viene ad assottigliare, e scaldare. Onde si genera in loro per tal causa maggiore desiderio di libidine.

Quan-

Quanto al quarto effetto, insegnano oltre al predetto altri modi da occidere, e disperdere le pulci. Pongasi (dicono) in mezzo la casa dentro d'vn vaso, sangue di becco, e si vedranno tutte le pulci che sono in quella venir saltando appresso di detto sangue, e quiui morire. Similmente si aduneranno tutte sopra vn legno vnto col grasso del Riccio. Fuggono parimente dall'odore del cauolo. E nissuna cosa meglio le scaccia che l'herbe di forte odore, come la menta, il mentastro, i luppoli, e la ruta. Se si asperga similmente la casa con la decozzione del seme della rapa, si occidono quante ve ne sono. Cosi fumeggiandosi la casa col corno di toro acceso, fuggono da tale odore cacciate. Pongasi finalmente vn vaso di terra nel pauimento, sotterrato di maniera che le labbra di quello non soprauãzino detto pauimento, & vngasi col grasso di toro, e si vedra (dicono) che le pulci tutte, e quelle ancora che nelle vesti stauano ascose, in quello si congregheranno.

Mà vn modo più di tutti gli altri facile da pigliare le pulci si è porre nel letto, ò doue siano, vn poco di bambagia distesa, peroche in quella congregandosi ageuolissimamente si prendono. Mà ritornando alla Ruta, s'ella si abruscia, fuggono i serpenti à tale odore. Et Aristotile narra nel libro 9. della storia degli

animali al cap. 6. che la Donnola douendo cõbattere col ſerpente, primieramente s'arma mangiando la Ruta. Ottimo antidoto contro i veleni dicono Plinio nel lib. 23. della ſtoria naturale, al cap. 8. e Galeno nel 2. lib. de gli Antidoti, cap. 43. & altroue, eſſer queſto, cioè Due noci ſecche, e due fichi, venti foglie di ruta trite, con vn grano di ſale, piglinſi à digiuno, e quel giorno niſſuno veleno potrà nuocere. In ſomma.

,, *Saluià cum Ruta faciunt tibi pocula tuta.*

,, *Adde Roſæ Florem minuit potenter amorem.*

SALE. Due ſono le principali vtilità del Sale, La prima ſi è che egli reſiſte à i veleni, per due ragioni, la prima peroche eſſendo diſſeccatiuo, toglie l'humidità, dalle quali può ſeguire la corrozzione: la ſecõda peroche ſeccando, & aſciugando cotali humidità, viene à chiudere, e ſerrare i pori, e meati, per i quali potrebbe il veleno penetrare. La ſeconda vtilità del Sale ſi è che egli fà ſaporoſi tutti i cibi per loro ſteſſi inſipidi, e ſciocchi, Onde il verſo:

,, *Nam ſapit eſca malè, quæ datur abſq; ſale.*

Dalla troppo nondimeno frequenza, & vſo del Sale, e ſalſamenti, naſcono, e procedono molti danni alla compleſſione humana.

Il primo è che le coſe troppo ſalate nuoco-

no

no alla vista. Imperoche èssendo gli occhi di natura acquosa, il Sale che troppo dissecca viene à indebolire la virtù loro. Et appresso, cagionandosi da i salsamenti nello stomaco fumi mordaci, & agri, & ascendendo alla testa, fanno diuenire gli occhi rossi, come altresi si vede auenire à coloro che bollono il Sale, i quali per lo più hanno sempre gli occhi rosseggianti.

Il secondo nocumento, e danno che ne arecano le cose salse si è che generano molte volte la scabbia, per l'humore acuto mordente, & adusto che genera il Sale, cagione poscia di tale abomineuole infermità, e di lebbra, e morfea, & altre somiglianti pessime contagioni.

Il terzo danno del souerchio sale si è che accresce il prurito, ò vero pizzichore nei corpi humani, e la ragione è percioche genera i predetti humori prurітiui. Hanno ancora i salsamenti questo altro effetto che sminuiscono l'appetito venereo, peroche disseccando l'humidita del corpo, vengono altresi à disseccare il seme humano humido aereo, cagione di tale appetito. Mà le cose temperatamente salate, leuano il fastidio da i cibi, eccitano, e aguzzano lo appetito. Onde si suole prima di tutte le viuande porre sopra la mensa il Sale. Et in certi paesi si costuma di non pagare l'Hoste, quando non hà posto il Sale in ta-

uola

uola, Onde il Diſtico.

,, *Sal primò poni debet, primoq; reponi,*
,, *Nam omni menſa malè, ponitur abſq; Sale.*

SALICE. Tre coſe principali dicono i Medici Salernitani del Salcio: La prima che il ſugo ſuo infuſo nell'orecchie, amazza i vermi di quelle, e queſto gli conuiene per la ſua amarezza, & diſſeccazzione. Et aggiunge Auicenna niuna coſa eſſere più vtile alla curazione della immondezza ch'eſce dall'orecchie del ſugo delle foglie del Salcio.

La ſeconda che la ſcorza ſua, cotta nello aceto, e poſta ſopra i porri che naſcono nelle mani, ò in altri luoghi della perſona, gli riſolue, e toglie via: e queſto fà per la vehemente ſua diſ ſeccazzione. Mà per leuare via ſomiglianti ſuperfluità di carne, niſſuna coſa e più atta della Porcellana, herba fredda, & humida, fregandola ſopra di quelle. E queſto fà la Porcellana per certa ſua proprietà, e non per cagione della qualità ſua, humida, come ſi è detto, e fredda come dice Auicenna di lei parlando, la quale Porcellana è buona ancora à togliere lo ſtupore, ò vero allegazione de denti.

La terza proprietà del Salcio ſi è che il fiore ſuo, ò vero ſugo del frutto, per la virtù ſua conſtrittiua, e deſſiccatiua, rende l'huomo ſterile, che non genera, e quando haueſ-

ſe

se là donna concetto fà il parto suo difficile, preso, e beuto.

SALVIA. Tre sono gli effetti della Saluia, il primo è che conforta i nerui disseccan do l'humidità per le quali vengono tal'hora im pediti da gli vfficij loro, e rilassati. Il secondo è che toglie il tremore delle mani, confortando gli stessi nerui, dalla debolezza de i quali si cagiona cotale tremito. La onde sogliono alcuni vecchi, & vecchiarelle porre nel beuerag gio loro, ò cibo, alcune foglie di Saluia, che vengano à scaldare, e disseccare la copia de gli humori, e la freddezza per cui s'indeboliscono i nerui, e causano il tremore dei membri. Il terzo effetto della Saluia si è che rimoue la febre acuta, dìsseccando gli humori, e per conseguenza togliendo via la putrefazzione la quale è causa bene spesso delle febri acute.
E per maggiore notizia di quanto s'è detto è da notare che essendo là Saluia calda, e secca non molto conuiene da se stessa per via di cibo, mà per modo di sanità è molto in vso.

Imperoche con essa si fà la salsa, ottimo con dimento per eccitare l'appetito, e gioueuole al lo stomaco quando fusse ripieno di mali humori, crudi, & indigesti: e se ne fà anco il vino detto saluiato; ilquale si douria vsare nel principio della mensa, e conferisce al ceruello, à i nerui

ui, alle reni, à i dolori di fianco, e particolarmente à nerui, e paralisia. Si dee però vsare parcamente, non per cauare la sete, mà per medicina. E coloro che sono deboli di testa, e che sono dal molto cattarro occupati se ne deono astenere, acciò cercando giouare à vna parte non nuocessero à più. Imperò che cotale vino saluiato è molto vaporoso, & ageuolmente ascende alla testa. Se ne deono similmente guardare le donne grauide: percioche facilmente potria occidere il parto, e cagionare l'aborto, e sconciatura.

In somma per tornare dal vino saluiato alla Saluia, ella è di tanta virtù bene adoperata, che l'Autore della Scuola Salernitana si marauiglia, e cerca come muoia l'huomo, che nell'horto suo tien la Saluia, quasi che ella possa conseruare la vita, e fugar la morte, onde dice.

,, *Cur moritur homo, cui Saluia crescit in horto?*

Risponde non dimeno è dice che se bene negli horti, e giardini nostri si ritrouano la Saluia, & altri semplici, i quali hanno virtù di resistere alla putrefazione del corpo, e conseruare l'humidità naturale, acciò auanti tempo non venga dissipata; niun semplice però si ritroua che tolga del mezzo la necessità del morire, debito che tutti, ò per tempo, ò tardi, hauemo vna volta da pagare.

Di due sorte finalmente Saluia si ritroua, vna

di foglie grandi, larghe, & aſpre, e l'altra di foglie minori, più ſtrette e più morbide. Et amendue ſono dell'isteſſa virtù, ò poco variano.

SAPORI. Sono i Sapori di più ſpecij e ciaſcuno hà le ſue proprie qualita. Primieramente queſti tre, Salſo, Amaro, & Acuto, hanno virtù caleffattiua del corpo, e di riſoluere, incidere, & aſtergere, vno però più dell'altro, Onde dice Auicenna l'agro, ò vero acuto eſſere più caleffattiuo, di poi l'amaro, e nel terzo luogo il ſalſo.

Secondariamente queſti altri tre vogliono che ſiano infrigidatiui, cioè acetoſo, auſtero, & acerbo: de quali nondimeno l'acerbo è più freddo, poi l'auſtero, e vltimamente l'acetoſo: come ſi vede in tutti i frutti che adolciſcono. Imperoche acerbi ſono di vehemente infrigidazione, poſcia in proceſſo di tempo da i raggi ſolari in parte concotti ſi ſente in loro l'auſterità: la quale à poco à poco dipoſta acquiſtano il ſapore acetoſo, e finalmente ben maturi addolciſcono. Si dee però notare che ſe bene il ſapore forte, & acetoſo è meno freddo dell'acerbo, come ſi è detto, tutta uia per la ſua ſottigliezza, e penetrazione è più infrigidatiuo

Nel terzo luogo ne pongono tre altri temperati, cioè di mezzana qualità: di maniera che nè eccellentemente ſcaldano il corpo, nè anco

lo

lo raffreddano, e ſono il dolce, l'vntuoſo, ò vero graſſo, e lo inſipido: percioche ſe bene il dolce è calido, non appariſce però in lui eccellenza di calore. Il ſapore inſipido è ſimile à quello dell'acqua. E ſi prende qui per ſapore tutto quello che dal guſto ſi può giudicare. Onde ſono noue ſpecij anouerate di ſapori, à ciaſcuno dei quali attribuiſcono, oltre à quanto s'è detto, la propria ſua operazione. Onde il ſapor dolce, per incomminciare da lui con cuoce bene, mollifica, nutriſce, ingraſſa, eſſendo auidamente, e con piacere dalla natura preſo, à cui le coſe dolci ſono amiche: Anzi tutto quello che nutriſce biſogna che ſia del genere dell e coſe dolci.

Vero è che le coſe ſouerchiamēte dolci nuocono tal'hora, imperoche eſſendo grandemente calde, & aeree, preſto paſſano nella natura del fuoco, e ſi conuertono in colera roſſa, come ſono il mele, & il zucchero, perciò ſi deuono vſare con temperanza. Indeboliſcono ancora le coſe troppo dolci lo ſtomaco, e ſciolgono il ventre: e per oppoſto giouano al petto, & al polmone, & accreſcono il ſeme genitale. Il ſapore amaro purga i meati, aſſottiglia gli humori, incide la groſſezza loro, morde la lingua e ſi troua in natura terreſtre groſſa in cui eccedono il calore, e la ſiccità. Preſe le coſe amare, come l'Aſſenzio, & il Marrobbio, intempera-

peratamente, abrusciano il sangue, e lo corrom pono, & augumentano la colera rossa.

Le cose acerbe, da i moderni pontica à pungendo dette, contraggono la lingua, e à dentro la scacciano, infrigidano, e disseccano il corpo come quelle che sono in natura terrestre grossa fredda, e secca: ristringono il ventre, e generano sangue malencolico, come le pere saluatiche, & in genere tutti i pomi che anco non sono maturi, e le mele cottogne, e somiglianti.

Le cose austere, il cui sapore da i moderni è detto stiptico dal verbo Greco stifo, peroche contraggono, ristringono, condensano, ingrossano, & infrigidano, sono in natura terrestre grossa, fredda, e secca, mà però hanno più di calore, & humidità che le cose acerbe. Frequentate nondimeno, abondeuolmente assottigliano gli humori, e gli sminuiscono: generano sangue melancolico, e rendono il corpo magro. Giouano però à fermare il flusso del ventre.

Le cose grasse, ò vero vntuose sono di natura aquea, & aerea, e propinque alle cose dolci: leniscono, mollificano, sciolgono, cuocono, maturano, & humettano, senza però manifesta calefazzione, e se sono mediocremente vntuose, ottimamente nutriscono. Mà se troppo, nuotano sopra gli altri cibi, generano abominazione, e nausea allo stomaco, impediscono la digestione

gestione, cagionano ventosità, & ostruzzioni, inducono sazietà prima che la natura habbia preso il bisogno suo: generano copia di flegma inducono sonnolenza, & ingrossano l'ingegno Sono però di condimento ottimo alla cocitura della carne, e dell'herbe.

Le cose agre, ò vero acute, non solo mordono, e rodono la lingua, mà penetrano ancora, abrusciano, piagano, aprono, risoluono, e sono in natura tenue, nella quale eccedono la calidità, e siccità, e superano nel calore le cose amare. Onde augumentano il caldo infiammano il corpo, abrusciano il sangue, & in colera rossa prima e poi in negra lo conuertono. Disseccano, smagrano, e cagionano sete, come il pepe, l'aglio, la cipolla, e simili.

Le cose salse tagliano, purgano, assottigliano, liquefanno, mordono, e conseruano con il loro condimento, dalla corrozzione: Conturbano, souertono il ventricolo, inducono al vomito: disseccanò: eccitano la sete, essasperano, radendo purgano, & aprono.

Le cose acide, ò vero acetose mordendo cõstringono, e refrigerano: penetrano, tagliano, estenuano, diuidono, nettano, e purgano senza calefazzione. Sono in natura tenue, fredda, e secca, in cui signoreggia la frigidità. Onde quelle cose che sono solamẽte acetose, sono precipuamente fredde. Reprimono le cose acetose

tose la colera rossa, & il sangue, e stringono il ventre, eccitano l'appetito, nuocono à i nerui, e parti neruose. Infreddano, e seccano il corpo. Le cose insipide sono di due sorte, alcune che più nutriscono, e sono quelle che più si accostano all'vgualità: Et alcune che mediocremente scaldano, ò rinfrescano. Le quali se di più humidità saranno dotate, nell'ordine delle cose humectanti si porranno: E se per opposito in loro abonderà più di siccità, nel genere delle cose disseccanti si locheranno.

SERO. Il Sero che altro non è che l'acqua del latte, hà quattro proprietà principali, La prima che è incisiuo, e sottigliatiuo: La seconda che è lauatiuo, & astersiuo: La terza che è penetratiuo: La quarta che è mondatiuo, e solutiuo. Scaccia ancora la colera rossa: Gioua alla scabbia, & àgli humori salsi che sogliono venire per la persona.

SENAPA. La Senapa, grano picciolo calido, e secco nel quarto grado, hà tre proprietà: La prima che fà lacrimare, e la cagione è che assottigliando con la sua gran calidità l'humiditadi del ceruello, e liquefacendole, fà insieme con quelle cadere le lacrime: La seconda è che purga il capo, mondando il ceruello dalle superfluità, e facendole per la bocca

mandare fuori: anzi se si pone trita, senza altramente mangiarla, alle nari, per mezzo della sternutazione scaccia i nocumenti del ceruello: donde segue che sia molto gioueuole al morbo comiziale, ò vero caduco, & all'appoplessia ò vero gocciola. La terza è che gioua contro i veleni. Onde posta sopra i carboni col fumo solo scaccia i serpenti: Et à i morsi loro, e de i scorpioni trita con l'aceto è molto vtile: Toglie ancora il veleno dei funghi: Gioua alle quartane generate da cattarri adusti, e alle podagre simigliantemente: Aiuta la digestione, e distribuzione di cibi grossi: Sminuisce l'humidita, che sono nel ventricolo. Asciuga la lingua, quando è da troppo humidita grauata: Presa col mele risolue la tosse: Nuoce nondimeno alla vista, di coloro che son caldi di testa & à chi pate di fegato.

SPODIO. Spodio altro non è, secondo Auicenna, che le radici delle canne aduste. La proprietà sua principale si è stagnare il flusso del sangue, e la ragione è perche ha virtù cõfortatiua del fegato, ilquale è fonte, & origine del sangue. La onde confortato, meglio rittiene detto sangue. L'vso è questo che la poluere di quello con acqua rosa, ò di piantagine si dee stillare nelle nari. Gioua ancora al flusso del ventre, & al vomito: alle febri acute, al

tre-

tremito, e sincope. Conforta il cuore, e fa gli spiriti chiari, e fermi. Beuto rallegra. E come lo Spodio hà speciale virtù di fortificare così cert'altre medicine sono accommodate alla salute d'altri membri corporei, come la legorizia al polmone, il musco al ceruello, il capparo alla milza.

SALSA. Sei cose concorrono à fare vna perfetta Salsa, Saluia, Sal, vino, Pepe, Aglio, Prezzemolo. E si dee notare che il vino s'adopera quando non si può hauere agresto: & appresso che nei tempi caldi si deono vsare, e cibi, e condimenti freschi, ò di menoma calidità, participanti: e per opposto nei tempi freddi. La state adunque si faccia la Salsa, ò sauore con aceto, ò agresto, poche specij, senz'aglio, con petrosemolo, e pane infuso nell'aceto, ò agresto.

L'inuerno con più specij, vn poco d'aglio, ottimo vino, senapa, ruchetta, & vn poco d'agresto, Per le carni bouine lesse, e porcine, con pane arrostito, pepe bollito, acqua di carni, ò vero brodo, & vn poco d'agresto. E si possono eziandio la state mangiare le carni porcine, nel principio della mensa, con aceto, e prezzemolo. I conigli, e polli giouani arrostiti, richiedono il condimento con cinamomo, & agresto la state, e con vino l'iuuerno. I fagiani, le

colombe, e le tortore, non hanno bisogno d'altra salsa che di sale. I pesci quanto sono di più grossa carne, e difficile digestione, di maggiore superfluità, e di più humida natura: tanto hanno dibisogno di più calidi, & acuti condimenti. Mà lasciamo hoggimai il fauellare di questa materia, peroche non può trouarsi il migliore condimento, e la più perfetta salsa, che vna buona fame, & vno suegliato appetito.

,, *Optimum condimentum fames.*

SONNO. Il sonno che altro non è che vna immobilità, ò vero ligamento de sensi, hà il tempo suo proporzionato che è la notte. La onde dormire il giorno notabilmente; dicono che arreca quattro nocumenti principali, che sono la febre, la pigrizia, dolore di capo, e cattarro. I medici moderni nondimeno concedono, e permettono che si possa dormire ancora il giorno, purche si osseruino queste cinque cose: La prima che l'huomo l'habbia in consuetudine, peroche così non nuocerà, dicente Galeno. Quod consuetum est bonum est, inconsuetum vero malum est.

La seconda che non si dorma subito dopo il cibo preso, mà vi si ponga vn poco d'interuallo onde dice vna loro regola. Inter potationem & somnum semper aliquid temporis intercedat. La terza è che si dorma con il capo non

dep-

deppresso, & basso, mà eleuato alquanto, & alto, onde sogliono alcuni sedendo, e con la testa appoggiata al muro, ò spalliera dormire di giorno. La quarta che non si ecceda, cioè che non si dorma troppo lungo sonno, mà temperatamente, come sarebbe vn'hora, ò due al più. La quinta che il risuegliarsi non sia subito, e repentino, mà lento, & à poco à poco.

Quanto al sonno notturno, la durazione, e longhezza sua si dee stimare dalla perfettta digestione del cibo preso, la quale vogliono alcuni eccellentissimi medici che non deua esser meno di sette hore, & al più d'otto, ò noue, come anco da Galeno si caua. Si dee dormire coperto, acciò l'aere circondante non offenda, mentre che il calore naturale, e gli spiriti stanno intorno alle parti interne occuppati. Il capo ancora si dee la notte conuenientemente coprire, & vorrebbono che la cuffia, ò berrettino della notte fusse di sopra forato, acciò potessero i vapori del capo meglio essalare.

Non si dee dormire la notte co'i pie calzati, peroche indebolisce la vista, offende la memoria: e tutto il corpo riscalda di estraneo calore, per la riflessione dei vapori. Non si conuiene dormire prono, ò vero bocconi, e con la faccia in giù, peroche si contorce, e riprime il ventricolo, & anco il collo per non affogare tenendo la bocca su le lenzuola, s'offendono oltre acciò

gli occhi, peroche cosi prono dormendo cascano sopra di loro superfluità. Aiuta non dimeno la digestione il cosi dormire, à coloro massimamente che hanno la digestiua debole. Mà il dormire suppino, e con la faccia in sù non conuiene in modo alcuno peroche cadendo le superfluità alle parti di dietro si deuiano dai canali loro i quali sono dinanzi cioè la bocca le nari, e gli occhi, onde si cagionano molte infermità, come apoplesia, ò vero gocciola, stupori, risoluzioni di nerui, e simili. Si dee adunque il sonno incomminciare sopra il lato destro, peroche cosi meglio discenderà il cibo al ventricolo. Finito il primo sonno, chi si risuegliasse doueria voltarsi sopra il sinistro, acciò dal fegato che stà sopra il ventricolo fusse aiutata la digestione: E dopo breue interuallo di nuouo chi si risentisse, douerebbe ritornare à giacere sopra il destro lato, fino al tempo di leuarsi.

Mà perche rari sono che habbiano il sonno cosi in loro balia, e podestà che possano à loro beneplacito, e dormire, e suegliarsi, però indormendo ciascuno potrà stare come più gusteuole ritrouerà essere alla natura, e complessione sua, e più di quiete, e di sanità: purche si riguardi dal giacer suppino. Cosi quanto alla durazione del dormire non si può dar regola certa per la varietà delle complessioni. Imperoche

ad

ad alcuni che ſono di calida compleſſione, che hanno digeſtiua buona, e mangiano cibi facili à digerire, non fà meſtiero di longo ſonno, mà baſteranno loro 5. ò 6. ò 7. hore. E ad alcuni altri di contraria compleſſione, e che mangiano cibi malageuoli à ſmaltirſi, saranno neceſſarie. 15. ò 16. hore di ſonno. E quei di fredda compleſſione, e coſi debole virtù digeſtiua, potranno mangiare vna volta il giorno. Et altri finalmente che ſono di mezzana compleſſione frà le due dette, vorranno 10. ò 12. hore di ſonno. Ciaſcuno adunque ben conſideri il biſogno ſuo, e lo pigli potendo, guardandoſi dalla immoderata vigilia, e dal ſouerchio ſonno, peroche quella diſſecca il corpo, debilita le virtù animali, ſminuiſce la digeſtiua, e prepara il corpo à molte infermità conſontiue. E queſto diſpone alla apopleſia, al mal caduco, alla paraliſia, à ſtupori, apoſteme, febri, & altri mali.

Vn ſegno da conoſcere chel ſonno ſia ſufficiente è la leggerezza di tutto il corpo, e particolarmente del ceruello, e de gli occhi, & il diſcenſo del cibo dallo ſtomaco: e la volontà di ſgrauare il ventre. Come per contrario, la grauezza del corpo, la indigeſtione del cibo, e la balordaggine del capo, e il peſo de gli occhi, danno indizio di non hauere dormito il biſogno ſuo.

SVRRECTIONE. Leuarsi la mattina per tempo e con l'Aurora, gioua alla sanità corporale, allo studio della filosofia, & alla spedizione dei negocii familiari della casa propria E nel vero starsi à giacere nel letto mentre che l'Aurato Sole spũtando dall'Orizonte viene indorando le cime dei più alti monti, è cosa molto disdiceuole all'huomo nato per faticare, e molto più al Christiano, diceua Santo Agostino, e molto altresi vien biasimata in vn principe, che tiene cosi gran carico sopra le spalle, dell'altrui gouerno, onde fù chi disse.

,, *Non debet Princeps noctem dormire per omnem.*

Leuandosi adunque l'huomo la mattina per tempo, e sorgendo del letto almeno col leuare del sole, più cose per mantenere la sanità dee osseruare: La prima è che si dee nell'acqua fresca lauare le mani, & appresso gli occhi dall'immondezze la notte contratte. La seconda che dee alquanto lentamente caminare, acciò le soperfluità prime, e seconde delle digestioni, che sono le feci, e l'vrina, discendano à basso, e si vengano ad apparecchiare all'vscire fuori. La terza che deue estendere le mani, braccia, piedi, e gli altri membri corporali, acciò si tirino i spiriti vitali à i membri esterni, e si assottiglino i spiriti del ceruello. La quarta è che dee pettinarsi alquanto la testa, acciò meglio s'apra-

s'aprano i pori del capo, e più ageuolmente n'escano i vapori del ceruello lasciati dopo il sonno, & anco si assottiglino gli spiriti di quello. E questo vso del pettine, dice Auicenna molto giouare alla vista, & à tutti i sensi, attraendo i vapori dal capo, e diuertendogli dalla parte de gli occhi. La quinta cosa che dee fare vno poi che è leuato la mattina, si è che debbe mondare, e nettare i denti, acciò le immondezze loro non facciano il fiato insoaue, e non nuocano al ceruello, mandando ad alto spiriti, e vapori di lui perturbatiui. Deonsi ancora mondare l'orecchie, e l'altre tutte parti del corpo, che bisogno ne hauessero: & allegerire il ventre.

SVSINE. Due sono le proprietà delle Susine, Là prima che refrigerano, e rinfrescano. La onde i Portoghesi per essere in regione calida, accanto alla marina, sempre nel cuocere le carni, ci mescolano le Susine, particolarmente Damascene. La seconda proprietà si è che sciolgono il ventre, lo che si dee intendere delle mature: peroche l'accerbe più tosto lo stringono.

Trà le Susine, migliori sono tenute quelle, che hanno figura ouale, cioè che sono longhe, e di poca carne, e dura, di pelle sottile, e di sapore non omninamente dolce, quali specialmente

mente sono le Damascene: Imperoche queste mediocremente humettano, e rinfrescano. Le Susine che s'hanno da pigliare per disporre il corpo, si deono prima lasciare istare alquanto nell'acqua fresca, peroche meglio poi humettano, e più presto dispongono. Eccitano ancora l'appetito le Susine, e purgano la colera. Le fresche sono più alteratiue, mà di peggiore nutrimento, e di più superfluità: Mà le secche più confortano, e migliore nutrimento danno al corpo. Le Susine saluatiche: che nascono nelle selue, picciole, dure, acerbe, e di sapore agro, sono grandissimamente restrittiue, onde se ne fà acqua à tale effetto accommodata. Non conuengono però esse in cibo nel reggimento della sanità.

VENTOSITA. Dalle ventositadi ritte nute nel ventre, procedono molti mali nella vita humana. Il primo è lo spasimo, peroche cotale ventosità riempie i nerui, onde si causa la loro contrazzione, che è l'istesso spasimo: benche ancora proceda alcuna volta lo spasimo dalla euacuazione, come anco si scorta, e si contrae vna carta pecora posta al fuoco. Il secondo è l'hidropisia, morbo cagionato da materia fredda enfiatiua delle membra, ò parti loro in cui si fà la digestione dei cibi. Il terzo male, e nocumento che prouiene dalle ven-

sitadi

tositadi sono i dolori, ò vero passioni colice, che sogliono molestare non altramente che se nella vita fusse confitto vn palo, ò che le viscere fussero da acuto succhiello, ò triuello forate. Et auuiene questo dolore nell'intestino, ò vero budello da i greci κωλον. chiamato, che è vno de gli intestini grossi, si come la passione Iliaca auuiene in vn'altro intestino più sottile detto εἴλεον: le quali infermità si cagionano spesso da ventositadi rinchiuse in detti budelli.
Il quarto nocumento cagionato dalle ventositadi, sono le vertigini, infermità che fa parere all'huomo che ogni cosa giri, e procede dalle ventositadi perturbanti il ceruello, e specialmente la parte visiua.

Mà in che maniera gli annouerati nocumenti procedano dalle ventositadi, dichiara assai chiaramente Galeno con dire che ritrouandosi alcuno frà vna honorata brigata di persone, e venendogli bisogno di fare vento per da basso, se per vergogna se ne rittiene, ritorna egli in su & offende il ventre, e riempie il capo vaporando. E cosi questo rattenimento di vento frequentato, con longhezza di tempo viene à cagionare i sopradetti mali. La onde ben fece Claudio Cesare, come narra Suetonio, à ordinare che fusse lecito, e senza pena, eziandio nei conuiti, à crepitare, e mandar fuori le ventositadi occorrenti; lo che prohibiuano gli antichi

tichi, come dice Plinio per la mondezza della mensa. Quando adunque occorra somiglian te necessità, se puoi commodamente assentarti, e sodisfarle, farai bene: e quando nõ ti sia lecito partire, ponendo da canto la vergogna, farai il fatto tuo, ricoprendolo cõ la tosse dissimulata il meglio che potrai: percioche men male sarà arrossire alquanto, che pericolare della vita, come narrono che fe colui, che indusse Claudio Cesare à fare quello editto. La pestifera forza di queste ventosità rattennute, elegantemente fù da vn valente huomo con questo Epigramma descritta.

,, *Interimit crepitus ventris detentus in aluo,*
,, *Et seruat blæsum dum canit ille melos.*
,, *Ergo si perimit crepitus, seruatq; canendo,*
,, *Regibus Imperium par habet hic crepitus.*

VELENO. Sei rimedii pongono contra il veleno, e morsi d'animale venenati, che sono questi. l'Aglio, la Ruta, le Pere saluatiche, ò vero Aromatiche, il Rauano, la Triaca, e le noci. E perche di ciascuna di queste cose s'è detto in particolare al luogo proprio, diremo hora solamente della Triaca: la quale con tutta la sostanza sua, tanto i bruti, quanto gli huomini aiuta contro i veleni, se da loro sia presa, ò auanti, ò poi. E nel tempo della peste non pare che ancora si sia trouato il miglio-

re

re rimedio antidoto, e conseruatiuo della Triaca. Laquale presa fà che quell'aere corrotto, e d'attratto per le fauci non preuaglia. E data altresi à coloro che già fussero amorbati, singolarissimo rimedio, e giouamento gli apporta. Di somigliante virtù è ancora quello altro antidoto, detto dal nome di colui, che se non ne fu inuentore: almeno frequentemente l'vsaua, Mitridate: benche la Triaca è alquànto più calda, e contro i veleni dei serpenti più potente.

Narrano che il famoso caualiero Mitridate, col frequente vso di questo antidoto s'haueua acquistata cosi ferma, e forte complessione contro i veleni, che poscia combattendo co'i Romani, & vinto da Pompeo, per non gli venire viuo nelle mani prese il veleno insieme con le figliuole. Mà morendo esse che non haueano vsato cotale antidoto, egli niuna lesione sentì dal veleno. La onde si fe da vno amico, che gli staua à canto, col ferro cauare di vita.

VINO. Frà le cose nutritiue del corpo humano, vna e delle principali è il vino. Ilquale perciò si dee trà gli alimenti anouerare. Di questo molte sono le differenze nel colore. Imperoche alcuni sono bianchi, alcuni rossi, alcuni cedrini, alcuni finalmente negri.

I vini bianchi, sempre facendo la comparazione frà i vini della medesima materia, e territorio, sono manco caldi, e manco nutritiui, e per conseguenza meno deboli de gli altri. Onde e manco offendono il capo, sono però prouocatiui dell'vrina per essere apritiui, e sono anco appetitosi. Onde si caua che à i calidi per natura come sono i colerici, e sanguigni, & à i calidi per accidente, come sono gli adirati, e dimoranti al Sole: e similmente à i deboli di capo, & à gli studenti che hanno à specolare, assai conuengono i vini bianchi: come eziandio à gli hauenti lo stomaco, e fegato caldo, & à gli habitanti in paesi caldi.

I vini rossi chiari sono più caldi de gli altri, e più nutritiui. Onde più offendono il capo, e meno sono prouocatiui dell'vrina, dei bianchi. Per lo che conuengono à gli hauenti forte, e gagliardo ceruello, il qual meglio può resistere à i vapori eleuati dal vino. Doue è da sapere che secondo Auicenna l'ingegno dell' huomo di forte ceruello, più si chiarifica, e si aguzza quando beue buon vino: conciosia che del buon vino più che di qual si voglia altro beueraggio, si moltiplicano spiriti sottili, chiari, e puri. Donde nasce che alcuni belli ingegni sono più vigorosi, e più specolatiui quando hanno alquanto beuto. Conuiene questa maniera di vino à gli huomini di fredda complessione,

ſione, e flegmatica: percioche aprono l'opilazioni cagionate nei freddi, e flegmatici, e digeriſcono la flegma, preſto penetrano, e danno alimento mondo, e ſpiriti aſſai.

I vini cedrini ſono di manco calefazione che i vini roſſi chiari, e di maggiore dei bianchi, onde e più dei bianchi offendono la teſta. Sono altreſi queſti vini di colore cedrino meno dei roſſi chiari nutritiui, e più dei bianchi. E ſi dee notare che appreſſo d'alcuni queſti vini cedrini ſono chiamati bianchi. E perciò equiuocando alcuni dicono i vini bianchi molto riſcaldare.

I vini negri nel quarto luogo, ſono di minore calefazione dei cedrini, onde e meno nuocono alla teſta. Mà perche ſono di più tardo diſcendimento nel ventre, e meno prouocatiui dell'vrina de i bianchi, quindi è che anco più offendono il capo. E ſono queſti vini negri più nutritiui dei bianchi, e cedrini, mà meno de i roſſi chiari.

Conoſconſi i vini buoni da tre coſe, Odore, Sapore, e Colore. Quanto all'odore, i vini di aromatico è buono odore, moltiplicano i ſpiriti ſottili, generano ſucco lodeuole, nutriſcono bene, rallegrano l'animo, ſuegliano gli ſpiriti, & languentibus ſępe animum reuocant. Doue quegli di cattiuo odore la natura gli abomina, generano ſpiriti groſſi, e melancolici, catti-

uo ſangue, & vapori moleſti al capo.

Quanto al Sapore, ſi come i cibi più ſaporiti più nutriſcono, onde il prouerbio. Quod ſapit nutrit, e meglio ſono dallo ſtomaco, e con più guſto, e giouamento riceuuti: coſi ancora i vini. Doue è da notare che i vini dolci più de gli altri nutriſcono, mà generano ſangue groſſo, ſon duri à ſmaltire cagionano ſete, e humettano il ventre. I pontici, ò vero ſtiptici confortano lo ſtomaco indurano il ventre, nuocono al petto, al polmone, & alla canna di quello, ſon duri à digerire, conuengono però à gli inteſtini. Gli acerbi finalmente, ſon prouocatiui dell'vrina, e generano humori ſottili, incidono, e ſciolgono i groſſi. I vini amari, tiengli cari, partecipano minore calidità, che gli altri.

Quanto al colore del vino s'è detto di ſopra. Aggiugnerò qui come ſi ſuole communemente dire che il vino à volere che ſia perfetto, biſogna che ſodisfaccia à tutti i ſenſi. Al vedere col colore chiaro, e bello. All'vdito con intendere che ſia vino del tal luogo che gli produce generoſi. All'olfato per mezzo dell'odore ſoaue aromatico. Al guſto per mezzo del ſapore, e per conſeguenza al tatto, concioſia che il guſto ſia vn certo tatto.

Pongono altreſi cinque altri ſegni della bontà del vino. Il primo che ſia forte cioè gagliar

do, e

do, e riſcaldatiuo del corpo, e riempitiuo. Il ſecondo che ſia bello, cioe chiaro, e di buon colore. Il terzo che ſia odorifero, onde è confortatiuo, e generatiuo di ſpiriti ſottili. Il quarto che ſia freſco quanto al tatto eſterno, peroche il vino caldo eſſendo più raro, e ſottile, più preſto inebria, indeboliſce i nerui, & offende il capo in quantità notabile preſo. Il quinto che ſia leggieri, e caſcando faccia ſuono, e habbia la ſpuma tenue, e facilmente conſumanteſi. E ſi dee notare che quando fà la ſpuma con grandi ampolle, ò vero che à i canti del bicchiere perſeuera aſſai, e non ſi conſuma, che cotal vino è molto fiacco, e debile per natura, ò per arte, cioè che è ſtato annacquato.

Tra i vini come s'è detto di ſopra, nutriſcono più de gli altri i bianchi dolci, peroche dalla natura con molta auidità ſono preſi, e con guſto, come coſe à lei amicabili. E queſto ſi dee intendere de i vini temperatamente dolci; percioche fauellando de i moſcadelli, ò trebbiani ſommamente dolci, corrompono queſti tali il ſangue, beuti in quantità concioſia che la natura rapiſca auidamente cotale beueraggio dolce dallo ſtomaco al fegato, ſenza aſpettare che ſia digerito, e coſi viene à riempiere il ſangue d'aquoſità indigeſta: Onde ſi rende atto al ribollimento, e putrefazione. E queſto ſi dee intendere ancora de gli altri cibi ſommamente

dolci. Lodeuole adunque è la consuetudine di pigliare nel principio della mensa vn solo bicchiere di moscadello, ò trebbiano, ò altro vin dolce, e poi nel restante della mensa bere altri vini non dolci, mà buoni, e leggieri. Peroche beuendosi dolci à tutto pasto generano fastidio allo stomaco, danno materia infiammatiua alla colera, e cagionano opilazione del fegato, e della milza. Il vin rosso specialmente due mali effetti, intemperatamente beuto, cagiona, Il primo è che rende il corpo stitico, per conto della sua molta calidità desiccatiua. Il secondo è che per la sua siccità, e terrestreità fà la voce rauca, essasperando le fauci. Genera ancora il vin rosso humori, e spiriti grossi, e rende l'huomo pigro.

In somma i vini buoni generano humori buoni, e però si dee vsare gran diligenza di hauere vini chiari, maturi, sotuli, & vecchi. Ma qui si dee notare che il vino assai vecchio non è più materia di beneraggio, secondo Auicenna, mà più tosto di medicina: peroche in lui è più tosto virtù alteratiua del corpo alla callidità, e siccità, che all'opera della digestione. Et è di poco nutrimento, essendo spogliato dalle feci e dalla viridità, e quasi fuoco diuenuto, calido, e secco nel terzo grado. Per lo che si deono eleggere i vini, nè troppo antichi, nè troppo nuoui, mà mezzani. E si deono moderatamen

te temperare con l'acqua, hauendo rispetto alla qualità loro, & alla complessione di chi gli bee. E per dire qualche cosa de i luoghi, si deono eleggere quei vinii, che sono fatti di vigne piantate, non trà sassosi, e petrosi monti, nè meno in terra semplicemente piana, & arabile, mà in terra montuosa, e colline scoperte al mezzo giorno, e solatie.

Quanto all'età, Auicenna pone tre regole. La prima che dare il vino à i fanciulli è come aggiungere fuoco à fuoco in materia debole essẽdo che i fanciulli sono di rara testura, & ageuolmente infiãmabili per l'abondanza del calore naturale: e sono di deboli nerui, e ceruello: onde molto vengono offesi dal vino. Pochissimo adunque se ne dee dare loro, e benissimo annacquato.

La seconda regola è, che à i vecchi si può dare il vino, secondo l'appetito loro naturale, e regolato. Imperoche si come le scarpe, e le pianelle vecchie si rinouano, e puliscono con l'olio, così i cuori dei vecchi col beueraggio di vino eletto si ristorano. I vecchi sono per natura freddi, & il vino gli riscalda: hanno spirito melancolico, & il vino gli rallegra: Communemente dormono male, & il vino fà ben dormire: Sono inclinati all'opilazioni, & il vino l'apre, e dissolue. Adunque come il vino à i fanciulli è contrariissimo, così à i vecchi

è vtilissimo.

La terza regola è, che à giouani si dee dare il vino temperatamente, secondo la misura quantitatiua, e secondo la decente temperatura d'acqua. Imperoche se bene i giouani son calidi come i fanciulli, hanno nondimeno i membri più robusti, e più sodi: & i nerui, & il ceruello più fermo, onde meglio possono resistere à i nocumenti del vino. Il quale moderatamente beuto gioua all'espulsione della colera, alla fortezza corporale, alla acutezza dello ingegno, & alla abondanza de gli spiriti sottili.

VINO BEVVTO. Tre rimedi soglio no assegnare per correggerre la malizia del beueraggio, il primo è la saluia, le cui foglie poste nel vino correggono se malizia alcuna in lui fusse: hanno oltre acciò virtù di confortare i nerui, & il ceruello, i quali confortati, meglio si resiste à i fumi, & vapori che vengono dal vino beuto.

Il secondo rimedio per amendare la malizia del vino si è la ruta, le cui foglie integre senza sminuzzarle ponendosi nel vino con la loro ca lidità, e proprietà naturale, gli leuano ogni cattiuità. Il terzo si è il fiore della rosa rossa, che con la sua aromaticità cagiona l'istesso effetto, e toglie oltre acciò l'appetito delle cose veneree.

Inse-

Insegnano oltre di questo i fisici che in cenando, ò vero desinando si dea bere spesso, e poco, e non fare come i bruti animali che prima pigliano tutto il cibo, ò vero biada, & orzo, e poi beuono: peroche tramezzando al cibo il beueraggio, meglio si vengono à mescolare, e diuiene esso cibo più molle, e più atto alla digestione. Mà per meglio ancora capire questo si dee notare che di tre sorte beueraggio pongono, cioè permistiuo, delatiuo, e della sete smorzatiuo. Del primo s'intende che si dee scambieuolmente insieme col cibo pigliare, eziandio che l'huomo non hauesse sete, & all'hora massimamente quando si mangiassero cibi attualmente, ò virtualmente secchi, come saria il pane duro.

Mà il beueraggio delatiuo, ò vero portatiuo all'hora propriamente conuiene pigliare, quando è fatta la prima digestione, che sarà poco auanti che s'habbia da prendere altro cibo: peroche apparecchia lo stomaco à riceuere il seguente cibo, & aiuta à passare, e quasi porta il cibo dallo stomaco al fegato. Deue però cotal beueraggio esser poco, acciò presto si possa digerire. Il beueraggio finalmente sedatiuo, ò vero smorzatiuo della sete dicono douersi regolarmente da gli huomini ben disposti differire fino alla fine della cena, ò pranzo: quando all'hora veramente si hà sete per la cal-

dezze, e ſiccità del cibo. Imperoche non è molto ragioneuole che per auanti l'huomo inſieme habbia fame, e ſete, eſſendo appetiti contrarii, l'vno cioè di coſe calde, e ſecche, e l'altro di fredde, & humide.

Amoniſcono ancora gli ſteſſi medici, che quanto il cibo che ſi prende ſarà più groſſo, più ſecco, e più freddo, tanto il beueraggio permiſtiuo, e delatiuo douerà eſſere maggiore. E per contrario quanto il cibo ſarà più caldo ſottile, & humido, tanto il poto permiſtiuo, e delatiuo ſarà minore. E quanto altreſi il cibo ſarà più groſſo, freddo, & alla digeſtione inobediente, tanto douerà il vino eſſere più ſottile, e gagliardo. E quanto il cibo per contrario ſarà più ſottile, caldo, e digeribile, tanto il vino douerà eſſere più debole. La onde dopo la carne ſi dee bere vino più gagliardo, che dopò il peſce, e dopo la carne bouina più potente, che dopo la carne di gallina. Commandano finalmente gli aiutatori della natura che ſono i medici, che tra il pranzo, e la cena, ci aſtenghiamo quanto più ſi può dal bere: peroche cotal beueraggio impediſce, e interrompe la digeſtione del primo cibo preſo. Mà quando fuſſe fatta la digeſtione, e qualche ardente ſete ne moleſtaſſe, ſi potria permettere in poca quantità, come di ſopra s'è detto. De i tre remedii antedetti ſono i ſeguenti Verſi.

,, *Saluia cum Ruta faciunt tibi pocula tuta:*
,, *Adde Rosæ florem minuit potenter amorem.*

Il vino in somma ripara abondantemente gli spiriti risoluti: conforta la virtù: toglie, ò almeno sminuisce l'humidità lasciate nei muscoli, nerui, e giunture: humetta quando bisogna come nella stracchezza arefattiua, pure che egli s'annacqui: più velocemente d'ogn'altra cosa nutrisce: ristora lo spasimo, scalda il corpo, chiarisce l'ingegno, mitiga l'ira: rimoue la maninconia: e rende l'huomo virile, onde essendo l'altre cose pari, i non beuenti vino sono come femine rispetto à coloro che ne beono.

VIOLE. Alle Viole purpuree, e rosse tre effetti attribuiscono i naturali Filosofi. Il primo è che toglie, e discaccia l'ebrietà: del che due cagioni sogliono allegare, la prima perche con l'odor suo soaue, e temperato confortando il ceruello, fa che meglio sopporti la forza del vino senza patirne nocumento: la seconda perche essendo la Viola frigida di sua natura, viene altresi à infrigidare il ceruello, per consequenza lo rende più potente à resistere à i fumi caldi del vino, che à lui ascendono. Il secondo effetto della Viola si è che leua il dolore della testa, e massimamente se prouiene da cagione calida. Il terzo si è che gioua al male caduco, e massimamente nei fanciulli. E si

dee notare che secondo Dioscoride, questo ter zo effetto non si dee attribuire propriamente à tutta la Viola, mà specialmente à quel fioretto che sta in mezzo di lei, in guisa di capillamen ti, ilquale fioretto beuto con l'acqua gioua al morbo comiziale detto.

VISO, ò vero vedere. Tre cose sono anzi quattro che per certa virtù loro naturale, e somiglianza confortano la vista humana: La prima delle quali è l'acqua, ò sia di fonte, ò di fiumi, ò di mare. Imperoche per cagione della similitudine, essendo l'Occhio, come altroue s'è detto, della natura dell'acqua, viene senza violenza à congregare la vista, e ricrearla. La onde narrano che Aristotile, amaestrando Alessandro magno gli ordinò, che frequentemente, e per longo tempo risguardasse nell'acqua verde, chiara, e risplendente, & ancora gli Occhi in quella somergesse. E quando non ci fusse commodita d'altra acqua, si può dentro d'vn cattino verde rimirarla, e fà l'istesso effetto.

La seconda cosa che conforta la vista si è lo specchio per l'istessa ragione, essendo l'Occhio lucido, e splendido in guisa dello specchio, e molto à lui somigliante: conciosia che si come lo specchio per picciolo che sia, capisce nondimeno tutta la figura dell'huomo, & altre cose

mag-

maggiori, così eziandio la pupilla dell'Occhio dell'istesse cose è capeuole ancora che piccolissima sia. I raggi oltre acciò nella superfice dello specchio raccolti, non potendo per la durezza, e spessezza di quello andare più auanti, s'augumentano, e rendono più forti, e non si dissippano, e disciolgono, onde gran giouamento ne prouiene all'Occhio. Di qui vogliono ancora certi che proceda che alcuni de gli vccegli voraci, hauendo à diuorare qualche cadauero, la prima cosa vanno à gli occhi, per questo, cioè che vedendo in quelli l'efigie loro come à cose loro somiglianti vi corrono.

La terza cosa che aiuta, e conserua la vista, sono gli occhiali, tenendo la risoluzione de gli spiriti, e facendo che gli occhi nel rimirare cose minute non si stracchino. E di qui è che gli orefici, e scultori delle gemme, douendo sottilmente alcuna pietra lauorare, si seruono de gli occhiali. La causa che le cose vedute per mezzo de gli occhiali appariscono maggiori, dicono esser questa cioè che le specii d'vn mezzo più chiaro à vn più denso passando, cioè dall'aria al vetro, maggiori, insieme e più grosse si dimostrano.

La quarra cosa che rallegra, e conserua la vista si è la verdura d'herbe, e frondi, e sopra tutto dello Smeraldo, peroche essendo il verde colore temperatissimo, e mezzano fra il bian-

co, e negro, viene grandissimamente à raccogliere la virtù visiua, e confortarla. E di qui è che si sogliono i pareti delle librarie communi, tignere di verde. Et i pittori sogliono per lo più dipignere paesi, ò campi verdi. In somma, non essendo la vista nostra altro che vn certo raggio nella quasi acqua de gli occhi nostri naturalmente acceso, ò vero vn temperato lume nell'acqua, non è merauiglia se tanto si diletta di rimirare l'acqua, lo specchio, gli occhiali, e le verdure, i monti, i colli, i giardini, le fontane, e la luce temperata.

VOMITO. Ippocrate, come narra Auicenna, voleua che ciascun mese si facesse il Vomito due volte, cioè due giorni vn dopo l'altro, acciò quello nō s'era euacuato il primo dì si euacuasse il secondo, & affermaua per questo conseruarsi la sanità: peroche per tal vomito si viene à purgare lo stomaco cacciandone la flegma, e la colera. E sottogiunge poi Auicenna molti altri giouamenti dalla vomitazione procedenti.

Il primo è che gioua à sgrauare la testa, quando fusse grauata da materia humorale vaporosa, essistente nello stomaco, ò altri membri inferiori al capo: percioche quando cotal grauezza procedesse da nocumento proprio dell'istesso ceruello, in tal caso il vomito le nocerebbe.

Il secondo giouamento è che chiarifica la vista quando da vapori ascendenti dallo stomaco fusse stata oscurata. Il terzo che rimoue la nausea, e fastidio dello stomaco. Il quarto che euacuando la colera corrompente il cibo nello stomaco si viene à far poscia migliore la digestione. Rimuoue in somma l'abominazione, che prouiene da vntuosità: Conferisce al colore del volto: Rimuoue l'asima: toglie il tremore, e la paralisia, euacuando quelle materie che la cagionauano. Quando però il vomito fusse souerchio indurrebbe molti nocumenti: Imperoche debilita, e risolue lo stomaco, nuoce al petto, alla vista, à i denti, & al dolore del capo.

Quanto al vomito che suole accadere à i nauiganti, consigliano alcuni che per fuggirlo, l'huomo per più giorni auanti che habbia da nauigare, ò beua l'acqua marina pura, ò vero con essa temperi il vino, percioche ella hà virtù di chiudere la bocca dello stomaco, per la sua salsedine, e stipicità, onde si viene poscia à prohibire il vomito. Mà questo documento dato dalla Scuola nostra Salernitana, credo che da pochi, ò nessuno venga vsato.

Altri insegnano che coloro che vogliono andare per mare deono sminuire il mangiare loro & vsar cibi dello stomaco confortatiui, e il primo dì che entrano in mare non guardino l'ac-

qua

qua, ne tenghino il capo eleuato. Auicenna dice che i nauiganti non deono sforzarſi di ritenere il vomito, mà venendo dargli eſſito percioche preſerua cotale euacuazione da molte infermità, come lebbra, idroppiſia, gocciola, fredezza, & enfiagione di ſtomaco: e non ſolamente preſerua, mà le ſana ancora tal volta, ò l'allegeriſce. Mà quando poi ſeguitaſſe oltre al conueneuole, ſi dee ſedare con mele cottogne, ò melegranate, beuendo ſeme d'appio ar roſtito, nel vino, ò vero aſſenzio, ò pane abruſcato con ottimo vino. I capperi ancora ſono vtili à chi và per mare.

VOCE. Sei coſe ſono che rendono la voce roca, La prima le noci, che per la loro ſiccità mangiate in copia, fanno la voce humana ſimile à quella delle grue. La ſeconda è l'olio peroche accoſtandoſi le parti ſue viſcoſe alla canna del polmone, cagionano la rochezza. La terza è il freddo del capo premente, e ſtringente il ceruello, onde gli humori ſi muouono à baſſo ſopra l'arteria della voce, e ſouerchiamente humettandola la rendono impedita. La quarta è l'Anguilla mangiata, per la ſua viſcoſità, e copia di flemma. La quinta è il ſouerchio bere, e maſſimamente quando ſi và à dormire. E la ſeſta cauſa della raucedine ſi è mangiare pomi crudi, & altre coſe ſimi-

ſimili che moltiplicano la flemma.

VRTICA. Molti ſono gli effetti dell'Vrtica, & il primo è che per eſſere aſſottigliatiua de gli humori groſſi, ella è donatiua del ſonno. Il ſecondo è che toglie l'vſo del vomito. Il terzo che togliendo del petto la flegma viene a ſedare la toſſe: e maſſimamente beuendoſi il ſeme ſuo con l'acqua d'orzo. Il quarto che gioua à i dolori colici, eſſendo riſolutiua dell'humidita flemmatice, e delle ventoſità groſſe, dalle quali ſogliono i dolori colici prouenire.

La quinta vtilità dell'vrtica ſi è che ella ſcaccia il freddo del polmone per mezzo della ſua calidità. Onde i religioſi che vanno co'i piè nudi ſogliono ſouente lauarſi i piedi con l'acqua di decozzione d'Vrtica. La ſeſta che è riſolutiua delle enfiagioni del ventre, riſſoluendo le ventoſità, donde elle ſoglìono cagionarſi. La ſettima vtilità ſi è che ella ſouuiene à i dolori delle giunture delle ſciatiche, e podagre, e maſſimamente quando procedono da materia frigida flegmatica groſſa, eſſendo l'Vrtica riſcaldatiua, inciſiua, & aſſottigliatiua delle materie flegmatice groſſe. Et è l'Vrtica calda nel principio del terzo grado, e ſecca nel ſecondo.

VVA

VVA. Di tre sorte Vua pongono i Fisici. La prima acerba che meglio si dice agresto, e questa ristringe il ventre. La seconda matura, verde, e fresca, di cui si fà il vino, e questa specialmente mangiata quando e bianca senza scorza, scioglie il ventre, & è d'ottimo nutrimento dopo i fichi: genera nondimeno ventosità, & enfiazioni del corpo.
Chi vuole mangiare l'Vua verde senza nocumento, prima la lasci stare nell'acqua feruente per vn'hora: e poi la ponga nell'acqua fredda: e dopo la pigli.

L'Vua maturá, e dolce, ingrassa il corpo, & eccita Venere: Mà la passa, e secca che è la terza sorta d'Vua più dell'altre hà di calidità, e conforta lo stomaco, & il fegato.
La sostanza della vinaccia, ò vero scorza dell'Vue, è secca, e indigeribile, onde per tutti gli intestini passa, senza quasi alterarsi niente dalla natura sua. L'Vue verdi serbate, & appese all'aria, nè fermano il ventre, nè anco lo muouono, sono manco ventose delle fresche, più ageuolmenre si smaltiscono, e meglio nutriscono. Si deono pigliare l'Vue auanti gli altri cibi, peroche essendo di facile digestione, se si pigliano dopo gli altri cibi, si vengono à corrompere sopra di loro. L'Vue passe grasse, pigliandone sette dramme sei mattine à digiuno purgano la flemma, e fanno abondare

il

il ſangue. L'Agreſto annacquato, e beuto gioua à chi haueſſe rotta qualche vena, Onde ſputaſſe ſengue. Non però ſi dee prendere in molta quantità.

ZVPPA. Quettro giouamenti ſono quelli che ne arreca la Zuppa. Il primo che monda, e netta i denti, togliendo via le loro limoſità, meglio che non fà il vino da per ſe, ò eſſo pane ſolitario, & aſciutto. Il ſecondo che acuiſce il vedere, prohibendo i cattiui fumi col digerire le materie cattiue eſſiſtenti nello ſtomaco. Il terzo che conforta la virtù digeſtiua, e molto alimento dona al corpo. Il quarto effetto ſi è che ſminuiſce la moltitudine degli humori vizioſi, cocendogli, diſſeccandogli, e fuori mandandogli, e maſſimamente ſe il pane ſarà ſtato prima arroſtito. E quello altreſi che ſouerchiamente fuſſe ſmaltito lo riduce alla mediocrità, ò vero mezzanita. E chiamaſi la zuppa con vocabolo barbaro, dal vino e dal pane, preſo, Vippa: mà dai migliori latini ſi diſcriue con più voci dicẽdo Panis bucellę mero intinctæ: ò vero buccea, ex vino. A Firenze è prouerbio volgato che ſette coſe fa la zuppa: caua fame, e ſete tutta: netta il dente, purga il ventre: fà padire, e fà dormire: e fà la guancia roſſa.

ANNO-

ANNOTAZIONE ACCIOCHE A QVESTA OPERETTA NON MANCHI

La cognizione d'alcuni ſemplici, che ſono in frequente vſo, l'habbiamo preſa dall'iſteſſo Maeſtro Arnaldo in vn'altra ſua fatica, e dal Mattiolo, e qui poſta pure per ordine d'Alfabeto.

ASILICO. Herba odorifera, mangiato in copia, oſcura la viſta; mollifica il corpo; commoue la ventoſità; prouoca l'vrina; augumenta il latte; & è difficile à digerire. Tirato ſu pel naſo fà ſternutire: e poſto al Sole genera vermicelli.

BIETOLA. La bietola è fredda, & humida: e la bianca è migliore della nera. Non ſi dee mangiare cruda, mà cotta. Nutriſce manco della latuga: Debilita lo ſtomaco,

e l'inteſtina: molto vſandola induce enfiagioni ſe non ſi condiſce con ſpecie che reprimano la ſua malizia. Mà con eſſe mangiata leua il dolore del ventre: lo rilaſſa, e gli apre le vie. E ſi dee notare che la bietola è più humida della lattuga: Onde la lattuga è quaſi mezzana trà eſſa, & il cauolo.

BORRAGINE. La Borraggine, herba calda, & humida temperatamente, genera buon ſangue, conforta il cuore: induce allegrezza, & è lenitiua del petto, e del polmone, & è anco migliore cotta, che cruda.

CAPPERI. Frutti notiſſimi in Italia, ſono buoni ſerbati nella ſalamuoia, mà molto più delicati ſono nell'aceto fortiſſimo. Se ne portano aſſai di Puglia: mà non ſono coſi vaghi al vedere, nè coſi aggradeuoli al guſto, come quelli di Toſcana, e come eziandio gli Aleſſandrini. Si deono mangiare auanti à tutti gli altri cibi, acconci à modo d'inſalata con olio, & aceto. Fanno tornare l'appetito perduto. Sono molto conueneuoli per radere, e cacciare fuori le flemme, che s'attaccano allo ſtomaco. E ſono altreſi vtili per aprire le oppilazioni del fegato, e della milza. Il Cappero conturba il corpo: è innimico allo ſtomaco: genera ſete: Cotto non dimeno è più con

ueniente allo ſtomaco, che mangiato crudo. Beuto il frutto quaranta giorni continoui, al peſo di due dramme ſminuiſce la milza, e fa orinare i trombi del ſangue.

Gioua à i dolori delle ſciatiche, à i paralitici, à i rotti, & à gli ſpaſimati. Prouoca i menſtrui, e purga la flemma della teſta. La decozzione del ſeme, lauandoſene la bocca, gioua à i dolori de denti. Fioriſcono i capperi la ſtate, e ſtanno verdi fino all'occaſo delle Vergilie cioè fino all'Equinozzio Autunnale. Godono de luoghi arenoſi, di terra ſottile, di luoghi aſpri, dell'iſole, e rouine de gli edificii. Le frondi, e le radici peſte riſoluono le durezze, e le ſcrofole. Et il ſugo che ſi ſpreme dalle radici, diſtillato nell'orecchie, vi amazza dentro i vermi.

CARCIOFI. Sono caldi nel fine del ſecondo ordine, ò vero nel principio del terzo Il nutrimento loro non è buono, peroche genera humori melancolici. E vna pianta dalla radice molto frondoſa, dal mezzo della quale eſce naſcoſo tra le frondi, il ſeminale frutto, come pomo che raſſembra le pine. Onde da Teofraſto vien detto cardo pinato. Naſcono i Carciofi ſenza ſpine, ſe il loro ſeme, auanti che ſi ſemini ſi ſpunta. E buono il fiore del Carciofo per fare apprendere il latte.

CA.

CASTAGNE. Le Castagne sono di difficile digestione: generano humore melancolico: oppilano le vene: e trà i frutti saluatichi non si distinguono dalle ghiande. Sono nondimeno di notabile nutrimento, & hanno alcuna stitticità massimamente arrostite: onde conuengono dopo il cibo.

CECI. Son buoni al corpo, prouocano l'vrina, fanno buon colore, generano assai latte, scacciano il parto, & i mestrui: mà generano ventosità. La decozzione de i neri, ò vero rossi, rompe le pietre delle reni. E si mangiano ancora verdi come le faue, delle quali non sono meno ventosi, mà si bene di maggiore nutrimento.

FAGIVOLI. Generano ventosità nel corpo, digerisconsi malageuolmente, e mangiandosi cotti. Mà quando sono verdi, mollificano il corpo: E vagliono à ristagnare il vomito.

FAVE. Gonfiano, e fanno ventosità, si digeriscono malageuolmente, fanno sognare cose paurose, e terribili, giouano alla tosse, ingrassano, e nel temperamento sono mediocri in fra il caldo, & il freddo. Cotte con acqua e con aceto, e mangiate insieme col guscio ri-

ſtagnano il fluſſo del corpo, e dello ſtomaco, onde ſono vtili à i vomiti per fermargli. Gonfiano manco il corpo quando ſi getta via la prima loro cocitura. Le verdi nuocono più allo ſtomaco, e ſono più ventoſe. La farina delle faue monda le ſordidezze della pelle. Onde le donne che attendono alla pulitezza del corpo, & vanità mondane ſogliono di detta farina ſeruirſi. Più gonfia la mineſtra delle faue intere, che delle infrante, Scendono con tardità dello ſtomaco, e groſſo nutrimento in tutto il corpo genenerano.

FVNGHI. Sono freddi, & humidi, e generano humore ſimile. La loro ſoſtanza è molto putrefattibile: Nutriſcono male: Sono di difficile digeſtione: generano colera: E come ſi mangiano coſi ſi ſmaltiſcono. Da loro ſoprauiene alcuna volta ſuffocazione, anſietà, tramortimento, e ſudor freddo: Sono pericoloſi per conto di veleno. I comeſtibili ſi deono prima bollire nell'acqua con pere, e puleggio, e di poi friggere nell'olio, & aſpergergli con ſpecie. La cura loro, e l'oſſimele diuretico dato con la decozzione dello Iſopo, e puleggio. e ſi dee bere ſopra di loro buon vino & aſtenerſi da loro quanto ſia poſſibile, peroche ſecondo alcuni, ſono detti Funghi, quaſi fuggigli.

LE-

LEGORIZIA. Chiamata da Teofrasto pianta scithica, peroche gli Sciti viuono alle volte dieci, ò dodici giorni solamente masticando, e succiando le radici di quella, senza altro cibo pigliare: Leggiermente constringe: lenisce la canna del polmone, e della vescica per la sua mediocre temperatura: e perche hà sempre alquanto dell'humido, come tutte le cose dolci, pero è conueneuole medicina à togliere la sete.

LENTICCHIE. Vsate frequentemente nei cibi ingrossano la vista, sono malageuoli da digerire, nuocono allo stomaco, gonfiandolo con le budella. Hanno virtù constrettiua, fanno sognare cose tremende, e sono nocciue al capo, à i nerui, & al polmone. Il brodo loro primo è solutiuo: il secondo ristrettiuo.

LOGLIO. Nasce nei cãpi dell'Orzo ò vero del grano: quando il terreno è troppo humido: ò vero quando lo inuerno và troppo piouoso, e freddo. Le frondi sue sono strette, pelose, e grasse. E calido nel principio del terzo ordine, e secco nel fine del secondo. Il pane in cui ne fia notabile quantità, fà diuuenire gli huomini che lo mangiano, presi da grauissimo sonno, stupidi, e come vbriachi.

E però si suole con diligenzia mondarne il grano per fuggire cotali nocumenti, di stupore d'vbriachezza, e di sonno.

MIGLIO. Friggido nel primo ordine, e secco nel principio del terzo, ò vero nella fine del secondo, nutrisce manco di tutti gli altri grani, dissecca, e ristagna il corpo, applicato di fuori caldo ne sacchetti risolue quelle infermità che non amano di essere medicate con cose mordaci. Il pane del Miglio è arido, e frangibile, simile alla rena, & alla cenere, non essendo in lui grassezza, nè viscosità alcuna.

PANICO. E simile al miglio, di poco nutrimento, disseccatiuo, e ristagna ancho egli i flussi del corpo, come fà il miglio. Et applicato di fuori rinfresca, e dissecca.

PETROSEMOLO. Genera sangue molto acuto: Incita à ira: è apritiuo: posto ne i cibi conforta la digestione: esclude le ventosità. Vale à correggere la malizia de gli altri cibi: & è herba assai conueneuole alle Salse. L'vso suo couuiene più la Inuernata, che in altro tempo: Et à persone antiche, ò di complessione fredda. Lo impiastro, di lui fatto, e di sale, gioua al mor-

morso del cane arrabbiato.

PIMPINELLA. Questa herba è calda nel fine del secondo ordine, ò vero nel principio del terzo. Vale per mollificare le reni, e la vescica: prouoca l'orina, e caccia fuori le pietre, e le renelle. Il sugo della radice beuto con vino gioua contro i veleni, e morso d'animali velenosi: e non poco si loda contro la peste. Le foglie della Pimpinella poste nel vino, gli danno gusteuole sapore.

RADICI. Le Radici, generano sangue acuto, e pungitiuo: & humore crudo. Hanno virtù assottigliatiua, & incisiua. Sono cattiue allo stomaco, e lo fanno ruttuare: generano humore grosso, e quando la digestiua è debole, crudo. Mangiate dopo gli altri cibi aiutano la digestione, e discendimento suo, onde sciolgono il ventre. Ma auanti gli altri cibi mangiate inducono il vomito: nuocono à gli occhi, & al capo. Si deono mangiare col sale, & acero, & in poca quantità. Giouano contra i veleni.

RISO. Nelle specij de grani, nasce nelle paludi, e luoghi humidi, nutrisce mediocremente, e ristagna il corpo. E familiare nelle mense de Italia. Hà del constrettiuo,

è alquanto malageuole da digerire, nè molto ſoaue al guſto nel mangiarlo. Da i Latini, e Greci è detto ὄρυζα oryza.

ROSE. Le più communi in Italia, ſono le roſſe, le incarnate, e le bianche. Le più eccellenti ſono le roſſe, e dopo loro le incarnate, e manco buone di tutte ſi tengono le bianche, e non fauelliamo hora delle Damaſchine, che ſono le più ſolutiue, & odorifere di tutte, mà fauelliamo delle bianche communi. Hanno le roſe dalla terra, e dall'acqua la ſuſtanzia, e la ſtitticità: dall'aere alquanto di dolce, e d'aromatico: e dal fuoco la calidità, e ſottigliezza; amarezza, e colore roſſo quelle che tali ſono. Nelle freſche l'amaritudine vince la ſtitticità, e però le freſche ſoluono il corpo, e non le ſecche.

Mangiandoſi venti, ò venticinque frondi delle roſe Damaſchine, auanti al cibo, ſoluono commodamente il corpo, e ſenza moleſtia alcuna. Il ſugo delle Roſe è apritiuo, riſolutiuo, & aſterſiuo. Imperoche egli ſolue la colera, e mondifica il ſangue di quella. Vale al trabocco del fiele, all'oppilazioni dello ſtomaco, e del fegato: conforta il cuore, conferiſce al ſuo tremore, e caccia fuori gli humori che ne ſon cauſa. Il ſiroppo ſolutiuo d'infuſione di roſe, ſenza moleſtia, e ſenza alcun de-

tri-

trimento della natura ſolue il corpo, e purga la colera. Le roſe bianche communi non per altro s'adoprano, ſe non per fare acqua roſata. Imperoche in loro non è quella vera virtù ſolutiua che nelle roſſe, & incarnate. Sono adunque le Roſe da eſſere ſtimate, e tenute care, non ſolamente per lo giocondo ſpettacolo, & ornamento, che recano ne i giardini la Primauera.

Ma ancora per i molti commodi, & vtilitadi che ſe ne trae in varii medicamenti per la vita dell'huomo. Le Roſe ſaluatiche ſono meno odorifere, più ſtittiche, e conſtrettiue, e più aſpre delle domeſtiche, nei rami, e nelle frondi. Ritrouanſi ancora in Italia certa ſorte di Roſe gialle, mà d'horribile, e di cattiuo odore. Il fiore delle Roſe di mezzo è più coſtrettiuo, che non ſono eſſe Roſe, che freſche riſtringono, & infrigidiſcono, mà più riſtringono le ſecche.

RVCHETTA. E calida aſſai, onde ſi dee meſcolare con la lattuga che è frigida, acciò ſi vengano à contemperare inſiema. Augumenta queſta herba lo appetito Venereo: & il ſeme ſuo beuto gioua al morſo del ragno: amazza i vermi del corpo: ſminuiſce la milza: trita, e meſolata col fiele del bue fà le cicatrici di nere bianche: e faccen-

do

dosene lenimento col mele leua le lentiggini della faccia.

SAGGINA. Vna specie di biada, che produce il suo gambo simile alle canne, che nel rosso nereggia, in Toscana si semina per dare à i colõbi, e alle galline. Se ne fà altresi pane da i poueri contadini, mà assai zotico, e ruuido.

SPINACI. Humettano il ventre, generano humore freddo, & acquoso Onde bisogna condirgli con olio, sale, & aceto. Sono buoni alla gola, & al polmone. Ne si deono in modo alcuno mangiare crudi.

ZVCCHE. Generano humore aquoso, nutriscono poco, e per esser la sostãza loro assai disposta alla corrozzione, non sono da riceuere in stommaco immondo. Di sua natura non generano humore che participi d'eccesso di qualità, lo che si dimostra dalla insipidità del loro sapore. E perche sono aquose, onde forse perciò si dice che elleno rinfrescano, nel prepararle si deono mescolare con esse loro cipolle bianche, ò vero finocchio, calamento, ò origano: e migliori saranno se prima si alesseranno, e poi saranno fritte,

IL FINE.

TAVOLA
DELLE MATERIE
principali,

Trattate in questo Libro.

Sa-

TAVOLA

IL FINE.

Quando queſt' Operetta s'haueſſe da riſtampare, auertiſcaſi di diſporre le materie, ſecondo l'ordine Alfabetico, in queſta tauola oſſeruato.

La correzzione d'alcuni pochi errori, accaduti nello ſtampare, ſi rimette al prudente lettore, e qui ſolamente ſi auertiſce che quel verſo della Saluia, poſto di ſopra â carte 104. ſi dee leggere coſi.

,, *Cur morietur homo, cui Saluia creſcit in horto.*

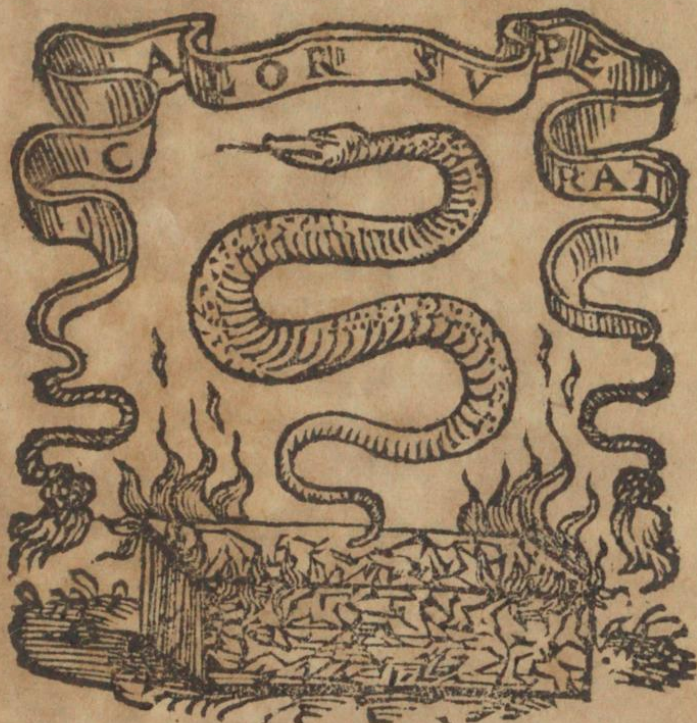
Se bene nella impreſſione latina del l'anno. 1484. ſi legge moritur.

Nos F. Vincentius Caſtruc. Vmbriæ Inquiſitor, vidimus cuncta quæ opus hoc continet, & ea imprimendi licentiam dedimus.

Idem affirmo ego Bartholomeus Baſſus Vic. Peruſiæ.

REGISTRO.

⁂ A B C D E F G H I K

Tutti ſonno quaderni, eccetto ⁂ che duerno.

Con licentia de' SS. Superiori.

In PERVGIA, Apreſſo Pietroiacomo Petrucci. 1587.

Et ad inſtanzia d'Antonfranceſco Piermattei Cittadino Perugino.